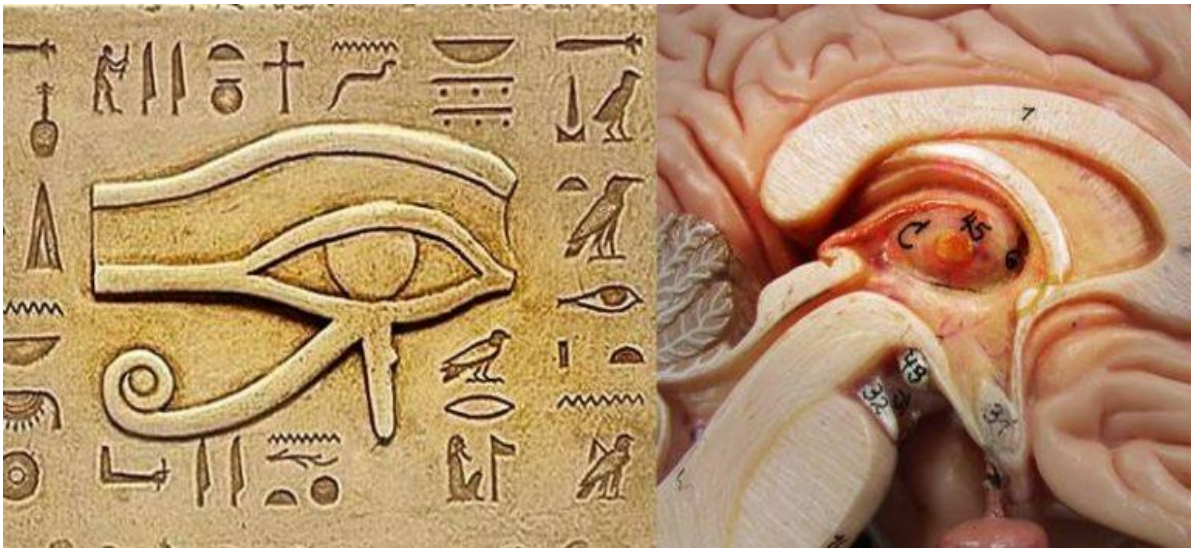
SARKAÇ NEDİR?

Sarkaçlar, maddi ve manevi nitelikteki sorulara kesin cevaplar almamızı sağlayan, analitik ve sezgisel tarafımız arasındaki açıklıkta bağlantı kurmamıza yarayan bir araçtır. Sarkaç kullanımı günlük hayatımızın bir parçası haline getirildiğinde, günlük hayat akışınızda sarkacı kullanmanın birçok yolunu keşfedersiniz ve sarkacınız artık sizin ayrılmaz bir parçanız olur. Sarkaç, ucunda bir ağırlığa sahip olan bir zincirdir. Sarkacın bir ipin ya da zincirin ucundaki nesneden fazlası olduğunu söylemeliyim. Beynimizde muhteşem bir alan var. Pineal bez yani hipofiz bezi. Tüm bilgilerin belki bu yaşamınızdan da fazlasının kayıt altında olduğu bir alan. Onun üçüncü gözümüz olduğuna dair binlerce yazı okuyabilirsiniz. Hatta okumalısınız da.



Kadim öğretilerin hemen hepsinde aynı düşünce tekrarlanır. "Her şeyi bilerek doğdun, ama doğar doğmaz unuttun."

Siz soruyu sorduğunuzda, içinizdeki bir noktadan cevap parmak uçlarınıza ulaşır. Çünkü, aslında yanıtı tüm hücrelerinizle biliyorsunuzdur. Ama ego ya da bilinç ona ulaşmanızı engeller. Cevap parmak uçlarınızdan titreşim yolu ile sarkacın ucuna ulaşır ve bir devir daim başlar.

Ya da isterseniz de sarkaca bir soru sorduğunuzda, sarkaç vasıtasıyla size yüksek benlik cevap verir. Yüksek benlik, bizim evrenle ve yaşamla dolaysız bağlantılı olan bilge yönümüzdür. Yüksek benlik düzeyinde bütünün yani bütün insanlığın ortak bilinci, bilgisi ve zekasıyla bağlantıya geçebilirsiniz.

Yanıtlar genelde dönüş şeklindedir. 'Evet', 'hayır', 'bilmiyorum' ve 'cevap yok' gibi cevaplar size gelir. Bu durum, iç dünyamızın dışa vurumunu sağlar. Sarkacın sallanmasına neden olan durum, cevaba bedenimizin verdiği titreşimdir. Yani kısaca sarkaç herhangi bir doğa üstü güç tarafından hareket ettirilmez veya sarkacınızın kendisi size cevap vermez. Doğru uygulandığı takdirde sarkaç ile sorularınıza yüzde seksen oranında doğru yanıtlar alabilirsiniz.

SARKAÇ KULLANIMI

Sarkaçlar; doğal taşlardan, metalden, pirinçten, camdan ve ahşap yapılabiliniz. Özellikle önerilen sarkacın bir doğal taştan ve pirinçten oluşması ve ucunun sivri olması gerekiyor. Ucu kırık ya da üzerinde yapıştırıldığına dair emareler olan sarkaçlar ile çok doğru bilgiler alamayabilirsiniz. Sarkacı kullanmaya başlamadan önce mutlaka arındırılması ve programlanması gerekir.

DOĞAL TAŞ SARKAÇLAR

Zincir ucunda bulunan ağırlık doğal taştan yapılmalıdır. Kişinin kendisine en yüksek faydayı sağlayacak doğal taşı belirleyip o taş çeşidiyle çalışma yapması en doğru sonuçlara ulaşmasını sağlayacaktır.

Doğal taş sarkaçlar kullanmaya başlamadan önce mutlaka arındırmak gerekir.

PİRİNÇ SARKAÇLAR

Zincirin ucunda bulunan ağırlık, pirinçten yapılmıştır. Pirinç sarkaçlar dünya üzerinde var olduğu andan itibaren nötr ’dür. Herhangi bir arındırma işlemine ihtiyaç duymadan sarkacınızı her zaman kullanabilirsiniz.

ARINMA İŞLEMİ

Sarkacın bizim ile uyumlu programlama yapabilmesi için dünya üzerinde var olduğu andan elimize gelene dek geçirdiği evrende toplamış olduğu negatif enerjilerden ve bilgilerden arındırılması için bu işlem mutlaka yapılmalı ve sonrasında kullanılmalıdır.

İster sarkacınızı 12 saat boyunca gündüz güneşi, gece ayı görecek şekilde dışarıya ya da balkonunuza koyabilirsiniz. Ya da Himalaya tuzu, yok ise deniz tuz kullanabilir ve sarkacın her yanı tuz ile ovalayabilir ve saf su ile temizleyebilirsiniz. Diğer alternatif ise isterseniz toprağa gömebilir ya da sol avucunuza sarkacı kavrayıp yumruk halinde kalp çakranıza (kalbinize) tutup, sağ elinizle de toprağı tutup gözlerinizi kapatabilirsiniz.1-2 dakika hiçbir şey düşünmeden sarkacınızdaki negatif enerjiyi temizler, pozitif enerjiyi yüklemesine yardımcı olursunuz. Buda sarkacınızla aranızda bir bağ kurmuş olursunuz.

Tüm bu arınma işlemleri sonunda sarkacınızı kendinize uyumlayıp programlayacağınız için **sarkacınıza sizden başka kimsenin dokunmasına izin vermeyin**. Çünkü doğal taşların bulunduğunuz ortamların ve etrafındaki insanların çok çabuk kendilerine çektikleri için bu arındırma işlemlerinin doğal taş sarkaçlarda 15 ile 20 günde bir kez yapılması gerekir.

Bir mücevher kutusu veya güzel bir kesenin içini ada çayı tütsüsüne tutulur. Sarkaç tuzdan alınıp, soğuk suyun altında iyice temizlendikten sonra kurulanıp bir kutunun veya kesenin içine konulur.

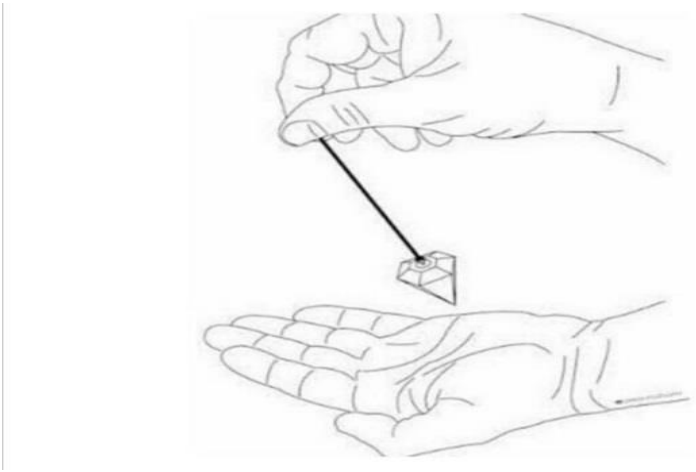
SARKACIN UYUMLANMASI

Temizlenen ve arındırılan sarkacınızı sizi rahatsız edilmeyeceğiniz sakin bir yere geçiniz. Sarkacınızı sağ avuç içine alıp kapatın. Kalp çakranızın (iki göğüs ortası) hizasına getirin. Sol elinizi sağ elinizin üzerine koyun ve gözlerinizi kapatın.

Olumlama cümleniz; '' **Üç kez adınızı ve soyadınızı söyleyiniz**. Sonra **''Sevgili sarkacım, şu andan itibaren bana yol arkadaşı olmanı seçiyorum. Seninle çalışırken yüksek benliğim ile bağlantıya geçerek sorduğum sorulara doğru cevaplar vermeni niyet ediyorum''**. Bu olumlamayı ister yüksek sesli ister içinizden tekrarlayabilirsiniz. (İsterseniz kendinize ait olumlama cümleleri yaratıp söyleyebilirsiniz.)

Hangi elinizi daha iyi kullanıyorsanız sarkacınızı elinize alınız. Sarkacınızın zincirinin ucundan baş parmağınızla ve işaret parmağınızla sarkacınız sabit durana kadar bekleyin.

Örneğin; sağ elinizi daha çok kullanıyorsanız. Sağ elinizle sarkacınızı tutun ve sol elinizin avuç içinin ortasına yerleştirin.



Öncelikle sarkacınızın **EVET / HAYIR** yönünü belirlemeniz gerekiyor. Sarkacınız sabit bir şekilde dururken hafif titreme yapacaktır. Sarkacınızın titremesinin nedeni alanınızı ve enerjinizi ölçmek içindir. Sarkacınıza ilk sorunuz**, '' Sevgili sarkacım lütfen bana kesin bir hareketle 'evet 'ini' göster.''** Deyin ve bekleyin.

Evet yönünü belirledikten sonra sarkacınızı yine sabit tutun. Bu kez sarkacınıza**, ''Sevgili sarkacım lütfen bana kesin bir hareketle 'hayır'ını' göster.''** Deyin ve bekleyin.

EVET – HAYIR yönünü belirledikten sonra eğer isterseniz sarkacınıza **BİLMİYORUM – CEVAP YOK** gibi kodlamalar da yapabilirsiniz**.**

Sorduğunuz sorulara sarkacınız cevap vermemesi, ya da sabit bir şekilde hareket etmeden durması; enerjinin kesik olduğunu, bu durumun henüz yüksek benlik alanında da bir cevaba ulaşmadığını gösterir. Eğer sorduğunuz sorularda sarkacınız titriyorsa enerji alanınızı ölçtüğünü ve yüksek benliğinizle bağlantı kurmaya hazırsınız demektir.

Sarkacınıza kodlama yaparken ifadeleriniz net, anlaşılır ve kesin olmalıdır.

Kodlamalarınızı yaptıktan sonra sarkacınıza cevabını bildiğiniz bir soru sorun. Çünkü sarkacınızla uyumu sağlamak için bir süre cevabını bildiğiniz sorularla çalışmak gereklidir. Aksi halde doğru cevapları alamayabilirsiniz. Bunu sık sık kontrol etmelisiniz.

Örneğin sorunuz, **‘’ Benim adım Zeynep mi?’’** dediğinizde bu soruyu sorduktan sonra cevap hakkında olumlu, olumsuz hiçbir şey düşünmeyin. Çünkü düşünürseniz sarkacınızı yönlendirmiş olursunuz. Sarkaç kullanırken en önemli nokta daha önce de söylediğimiz gibi **alacağınız cevapla ilgili hiçbir şey düşünmemek, ön yargılı davranmamak, duygusal olarak beklentiye girmemektir. Yani kısaca nötr olmak gerekir.**

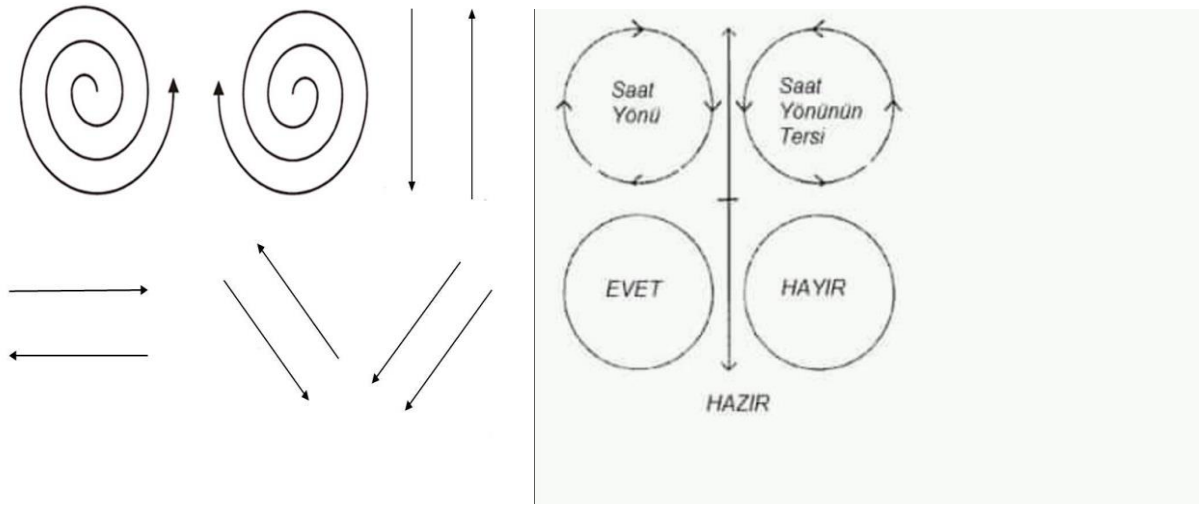
Soruyu sorduktan sonra bekleyin. Sarkacınız hareket etmeye başlayacaktır. Böylelikle sarkacınız **EVET / HAYIR** yönünden tam anlamıyla emin olursunuz. Ya da sarkacınız size cevap vermeyebilir, hareket etmeyebilir. İlk zamanlar için bu çok normaldir. Sarkacınızla aradaki uyumu yakalamak için belli bir süre geçmesi gerekebilir.

Sarkacınıza her zaman açık, net, belirgin ve kısa sorular sormalısınız. Gereksiz ve tekrarlayan sorular sorulmamalı, soru şeklini değiştirerek aynı soruları sormaktan kaçınılmalıdır. Sarkacınızla ne kadar çok çalışırsanız, aranızdaki enerji ve uyum o kadar güçlenir ve daha doğru yanıtlar alabilirsiniz.

REİKİ’DE SARKAÇ UYUMLANMASI

Sarkacınızı sol iç avucunuza alınız. Sağ elinizle reiki kanalları açılır. Reiki elimizden akmaya başladıktan sonra, elimize sırası ile 3 ' 2 ' 1 sembolleri çizilir. Sarkaç avucumuz ile iyice kapatılır. Konsantre bir biçimde sarkaç’a kodlamalar ve olumlamalar yapılır. Sarkaca bize göre neyin evet, neyin hayır olduğu iyice anlatılmalıdır.

Örneğin: Dikey salınım evet; yatay salınım hayır veya soldan sağa daire şeklinde dönüş evet, sağdan sola daire şeklinde dönüş hayır gibi.



Sarkaç bu şekilde programlandıktan sonra bizim enerji alanımızla tam uyum sağlayabilmesi için dört gündüz – dört gece, yani gün içerisinde üzerimizde, gece yastığımızın altında olmak üzere sizinle olmalıdır.

NERELERDE KULLANILIR

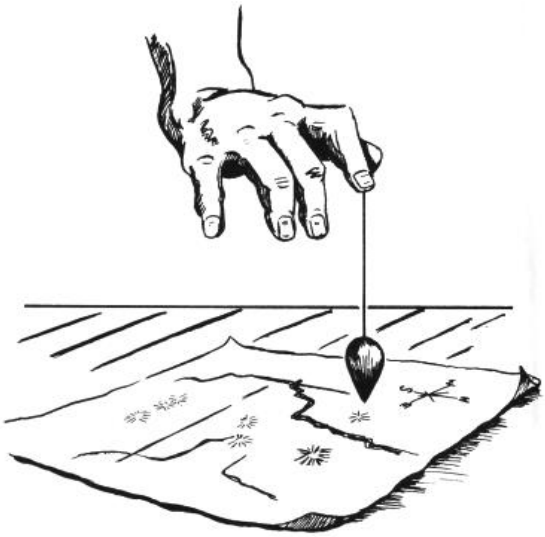
* Çakra kontrolün da: Herhangi bir çakrada tıkanıklık olup olmadığını anlamak üzere çakranın üzerinde tutularak bakılır. Evet programımıza uygun salınımda çakra açıktır, (genel olarak saat yönü istikametinde) tersi durumunda kapalıdır.

* Vücuttaki hastalıkların yerini tespit etmede hastalığın nedenlerini bulmada.

Not: Yalnız, altını önemle çizmem gerekir ki bu kitapçıkta önerilen yöntemlerin hiçbiri günümüzün tıbbi tedavileri ya da bilimsel önlemleri yerine konulmamalıdır. Bu kitapçıkta okuyacağınız yöntemlere yalnızca yardımcı yöntemler olarak başvurulabilir.

* Yüksek benliğimizle bağlantı kurarak sorularımıza yanıt alma da bir mekandaki enerji dengesizliklerini tespit etme. Sarkacınızın yüksek benliğinizle irtibata geçip sorduğunuz soruların cevabını vermesi için öncelikle onu programlamalısınız. Yüksek benliğinizle irtibata geçmek için kullanacağınız sarkaçlar doğal taşlardan olursa daha sağlıklı olur.

* Kaybolan bir eşyanın bulunması için kullanılabilir. Örneğin, **‘’evin içinde mi kayboldu’’** diye sorulabilir. Evet diyor ise elimizde sarkaçla odaları dolaşabilir, dolaplara tutabilir, **burada mı?** diye sorabiliriz. Ya da oturduğunuz yerden harita, kroki ve fotoğraf üzerinde uzaktan da yapılabiliyor olması ise sarkaç kullanmanın hayatımıza getirdiği en büyük kolaylıklardan ve en keyifli yanlarından biridir…



* İnsan anatomisi gösteren bir resim alınarak o resmin üzerinde sarkaç çeşitli yerlere tutulmak suretiyle herhangi bir kişinin sağlık sorunu hakkında bilgiler almak üzere sorular sorulabilir.

* Herhangi bir gıda maddesinin veya herhangi bir rengin üzerine tutularak, bunun bizim için yararlı olup olmadığı sorulabilir.

* Bir insanın bizimle ilgili düşüncelerinin pozitif veya negatif mi olduğu yolunda sorular sorulabilir.

* Bir mülk alırken veya kiralarken, yeni bir iş ya da iş yerinin sizin için olumlu veya olumsuz mu olduğu, orada huzur bulup bulamayacağımız, oranın negatif ya da pozitif bir ortam mı olduğunu anlamak üzere sorular sorulabilir.

* Sarkacınızla kişi analizi ve şifa çalışmaları yapabilirsiniz.

* Çakraların ölçümünü ve çakraları açma çalışmaları yapabilirsiniz.

* Günlük renk enerji tespiti ve o renk enerjisinin bedene yüklenmesi.

* Kişiye faydalı olan şifalı taşları belirleyebilirsiniz.

* Atalarla olan karmik bağların kesilmesi için kullanabilirsiniz.

* Bilinçaltı blokajlarının belirlenmesi, temizlenmesi ve dengelenmesi için kullanabilirsiniz.

* Kendiniz dışında başkalarına şifa çalışmaları ve enerji çalışmaları yapabilirsiniz.

* Suya kodlamalarla çalışmalar yapabilirsiniz.

* Kilo problemleri üzerinde çalışabilirsiniz. (Alma-verme)

* Şifalı taşlarla çalışmalar yapmak ve daha birçok şey…

SARKAÇ KULLANIRKEN DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

* Sarkacınıza kendinizle ilgili soru sormaktan kaçının. Örneğin, ‘’çocuğum olacak mı?’’ ‘’x kişi ile evlenecek miyim?’’ ‘’şans oyunlarında para çıkar mı?’’ vb. soruları sormayın. Çünkü sarkacınıza yaydığınız enerjiyle sizin istediğiniz cevabı almanızı sağlayacaktır. Bu da çok etik sayılmayacaktır.

* Sarkacınızı birinin kullandığı yolunda kuşkuya kapılırsanız; sarkacı yeniden arıtmanız ve programlamanız gerekir.

* Sarkaca abuk, subuk sorular sorarak kötü ve anlamsız konularla uğraşmamız doğru değildir.

* Aynı soruyu defalarca, değişik cümlelerle sormayıp, sarkaç gerekli ve anlamlı yerlerde kullanılmalıdır.

* Sarkacı kullanmaya başlamadan önce gergin, hasta, depresif, yorgun olmamaya dikkat edin. Eğer kendinizi gergin, hasta, yorgun, depresif hissediyor; psikolojik olarak iyi hissetmiyorsanız ya da konsantrasyon düşüklüğü söz konusu ise o an için sarkaç kullanmamanızı öneririm.

* Sarkacınıza soru sorduğunuz zaman tam anlamıyla konsantre olmalı, tüm benliğinizle sarkacınıza odaklanmalısınız. Aklınızdan geçen tüm ön yargıya dayalı düşünceleri, olumlu ya da olumsuz durumları düşünmeyi bırakmalısınız. Odak noktanız yalnızca sarkacınız olmalı.

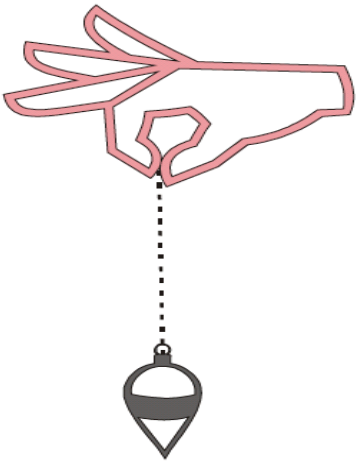
* Oturduğunuz yerden sarkaç çalışması yapacaksanız üst kısmınız ve sırtınız dik pozisyonda olmalı dirseğiniz masaya dayanmalıdır. Kullanmadığınız elinizi masanın üzerinde olmalı.

* Ayaklarınız masanın altında yan yana, yere değecek şekilde olmalı.

* Sarkacınıza ayakta soru soracaksanız, sarkacınızı solar plexus çakranızın 5-10 cm ileride tutarak sorularınızı sormalısınız.

* Sarkacınızla çalışma yapmaya başlamadan önce mutlaka niyet etmelisiniz.

* Sarkacın zincirini çok sıkmadan, serbest şekilde tutmanız gerekiyor.



* Sarkacınıza daima sonsuz sevgi ve saygı göstermelisiniz. O sizin en yakın yol arkadaşınız.

* Sarkacınızı her zaman yanınızda taşımalısınız. Evde bıraksanız dahi güvenli bir yerde, bir kutu içerisinde saklayınız.

REİKİ DE KULLANIM

Sarkacı sol elinize alın ve ona bir müddet sevgi enerjisi verin reiki bilenler bunu sembolleri kullanarak da yapabilirler. Sarkacınızla kalpten konuşmalı, bir bağ kurmalısınız. **''Yüksek**

benliğimle irtibata geçmeni ve sorularıma yanıt vermeni istiyorum cevabın evetse sağa dön” deyin.

Sarkaç çeşitli yönlere hareket eder örneğin sola veya sağa sallanarak ya da soldan sağa ve sağdan sola dönerek. Öncelikle bir kâğıda sarkacınızın nasıl hareket etmesini istiyorsanız onu çizin ve sarkaca bunu gösterin sola döndüğünde hayır cevabı sağa döndüğünde evet cevabını alacak şekilde programlayabilirsiniz.

Bunu yaparken stresli, yorgun, uykusuz ve hasta olmadığınız bir zamanı seçin. Dirseğiniz sert bir zemine dayalı olsun ve elinizi biraz serbest bırakın. Sorunuzu sorduğunuzda duygusuz kalabilirseniz net cevaplar alırsınız. Dikkatinizi sarkaca yönlendirirseniz beyin gücünüzle onu yönlendirmiş olursunuz ve almak istediğiniz cevapları sarkaca verdirtirsiniz. Bunu yapmayın mümkün olduğunca rahat olun. Bu işlem bir hafta boyunca her gün 5’er dakika tekrarlanmalı sarkaçla ne kadar çok vakit geçirirseniz aranızdaki bağ o kadar güçlenir.

Sarkacınızı çakra temizliğinde kullanacaksanız önce sarkaca sorarak çakranın yerini bulun sağ elle sarkacınızı tutuyorsanız sol eliniz tuzlu suyun içinde olsun çakradaki negatif enerjinin sarkacın ucundan emildiğini kolunuzdan, omuzlarınızdan geçerek sol kolunuzdan geçtiğini imgeleyin (hayal edin) ve sol elinizden de negatif enerjiyi tuzlu suya aktarın. Hissedişinize göre sarkaca tekrar sorun çakranın temizlenip temizlenmediğini bu şekilde de çakra temizliği yapılabilir. İşiniz bittiğinde bu tuzlu suyu banyo lavabosuna ya da tuvalete dökün. Böyle bir çalışmayı sarkaç konusunda yeteri kadar çalışma yapmadan direk olarak denemeyin. Önceliği basit çalışmalara verin bu sadece bir bilgi olarak verilmiştir.

SARKAÇA ENERJİ YÜKLENMESİ VE ENERJİ BOŞALTMASI

Sarkaçla bir kişiye, bir nesneye veya bir mekâna hem enerji yüklemesi hem de enerji boşaltması yapabilirsiniz.

Sarkacınızın sağa doğru dönmesi enerji yüklemesi, sola doğru dönmesi enerji boşaltması anlamına geliyor. Hareket etmeden sabit durması ise ortamın, kişinin veya nesnenin nötr olduğuna işarettir.

Örneğin, odanızda otururken birden sıkıldığınızı, bunaldığınızı, nefes alamadığınızı fark ettiniz. Ayağa kalkarak odanızın ortasına gelin. **‘’ Sevgili sarkacım, bu oda da sıkılmamın, bunalmamın sebebi enerji düşüklüğü müdür?**’’ diye sorarsanız. Sarkacınız **EVET** derse, **‘’Sevgili sarkacım sağa doğru hızlıca dönerek enerji yükle, enerji yüklemen bitince dur.’’** Şeklinde komut vererek odanıza enerji dolmasını sağlayabilirsiniz. Sakince sarkacınız kendiliğinden durana kadar bekleyin.

Diyelim ki kolunuz ağrımaya başladı. Kolunuzun üzerine sarkacı tutun **‘’ Sevgili sarkacım, kolumun üzerindeki ağrının sebebi enerji fazlalığı mıdır?’’** diye sorarsanız. Cevap EVET ise **‘’Sevgili sarkacım sola doğru hızlıca dönerek enerjiyi boşalt, enerji boşaltman bitince dur.**’’ Bu şekilde komut vererek enerjinin boşaltmasını sağlayabilirsiniz.

SARKACA DİĞER KİŞİLER İÇİN SORU SORMAK

Sarkacınıza başka biri ile ilgili bir soru sormak istiyorsanız o zaman o kişiyi öncelikle sarkacınıza tanıtmanız gerekiyor. Kişiyi sarkaca tanıtırken kişinin adının, soyadının, doğum tarihinin, doğum yerinin söylenmesi en doğrusudur.

Örneğin, **‘’Sevgili sarkacım, 9 Haziran 1981 İstanbul doğumlu Zeynep Çağlan Özmen’in X inşaat şirketinde işe girmek istediği pozisyon onun için hayırlı mıdır?’’** gibi…

ALERJİ TESPİTİ

Sarkacınızı kullanarak hangi gıdalarda ya da nelere alerjiniz olduğunu tespit edebilirsiniz. Bu tespiti iki türlü yapabilirsiniz.

Birincisi, şüphelendiriniz durumlarda sarkacınıza doğrudan kendiniz sorabilirsiniz. Mesela, **‘’Sevgili sarkacım yumurta benim vücudum ve sağlığım için alerjik bir besin mi?**’’ diye sorarsanız **EVET / HAYIR** cevabına göre kendiniz sonuca ulaşırsınız.

İkinci olarak da size alerji yaptığını düşündüğünüz gıdalardan şema oluşturup sarkacınıza şemadaki gıdaları tek tek tanıtıp şu şekilde soru sorabilirsiniz**. ‘’Sevgili sarkacım bu gıdadan hangisi benim vücuduma ve sağlığıma alerjik etki ediyor?’’**

Bu şekilde sorduğunuz zaman sarkacınız sizin vücudunuza alerji yapan gıdaları gösterecektir.

Birden fazla gıda söz konusu ise ayrı ayrı hepsi için tek tek sormanızı öneririm.

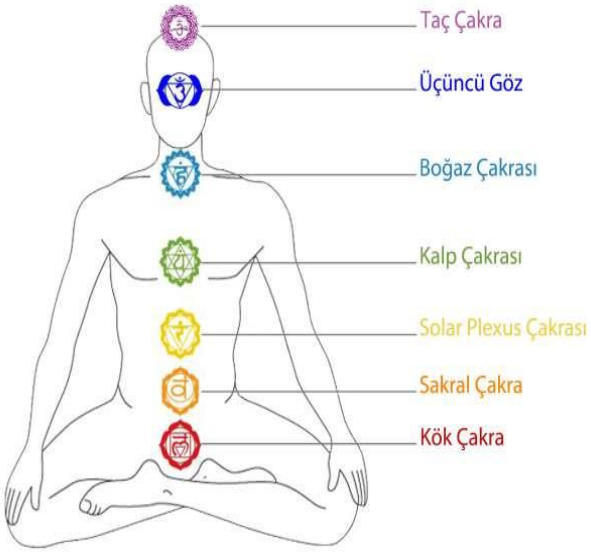
ÇAKRA ÖLÇÜMÜ, ÇAKRALARIN AÇILMASI, ÇAKRA BLOKAJLARININ KALDIRILMASI

Sarkacınızla hem kendinize çakralarınızı hem de başkalarının çakralarının doğru çalışıp çalışmadığını kontrol edebilir, tıkanık olan çakraların açılmasını, çakralardaki blokajların kaldırılmasını sağlayabilirsiniz.

Sarkaçla çakra açma işlemleri için 21 gün çalışılması gerekir. Öncelikle sarkacınızı tek tek tüm çakralarınıza yaklaşıp 10 cm mesafeden tutup ilgili çakranızın açık olup olmadığını sormalısınız. Eğer çakralarınız düzgün çalışıyorsa sarkacınız dairesel hareketlerle dönmeye başlayacaktır. Eğer dairesel hareketlerle dönmüyorsa ilgili yerde blokaj ya da tıkanıklık var demektir. Diy

elim ki kök çakranızı sorduğunuzda sarkacınız dairesel hareketlerle dönmedi. Bu durumda sarkacınıza **‘’Sevgili sarkacım kök çakramı aç, çakra enerjimi dengele, kök çakramda bulunan blokajları kaldır.’’** Diye komut vererek kök çakrası ile ilgili olumlamaları tekrar etmeniz gerekir.

(21 gün boyunca bu işlemi tüm çakralarınız için ayrı ayrı tekrar etmelisiniz.)



İnsan Vücudu Çakra Tablosu

ÇAKRA NEDİR? ÇAKRANIN GÖREVLERİ NELERDİR?

Bedenimize yaşam enerjisi taşıyan temel enerji sistemiminiz çakra sistemi, bedenimizdeki her bir enerji noktasına ise **çakra** denir. Fiziksel bedenimizde olduğu gibi, insanın enerji bedeni de birbiriyle bağlantılı ve örüntünü çoklu bir sistemdir. Bedenimizdeki her bir enerji noktası, fiziksel bedenimizle de direkt olarak bağlantılıdır. Nörolojik sistemler ve endokrin sistemler aracılığıyla çakralarımız fiziksel bedenimizle birbiri ile sürekli olarak temas ve etkileşim halindedir.

Nasıl ki fiziksel bedenimiz, cildimiz, kas sistemimiz, dokularımız ya da organlarımız gibi farklı katmanlardan oluşuyorsa enerji bedenimizde aynı şekilde farklı katmanlardan meydana gelmiştir. Enerji bedenimiz, zihinsel, ruhsal ve duyusal katmanlara sahiptir.

Çakralarımız, insanın gündelik deneyimleri, yaşanmışlıkları ve her bir anına etki eden, maruz kaldığı her bir duygu ve düşünceden etkilenen bedenimizdeki enerji girdaplarıdır. İnsan bedeninde binlerce enerji noktası olmasına rağmen, ana çakraların beden üzerindeki etkisi oldukça farklıdır.

Çakra Ne Demektir?

Çakra (Chakra, şakra) kelimesi sankritçe, “dönme, dönüş ya da çark” anlamındadır. Çakralar girdap şeklinde dönerek ilerleyen enerjilerinin yapısından esinlenerek verilmiş olan çakra ismi “İnsan bedeninde bulunan enerjiyi tüm vücuda dağıtan enerji noktaları” anlamını taşımaktadır.

Çakralar için bedenimizdeki enerji düğüm noktaları olarak da ifade edilmektedir. Çakralar birleşerek, bedenimizin koruyucu enerji kalkanı olan aurayı meydana getirirler. İnsan aurası, insanın enerji bedeni gibidir. Ana çakra merkezleri, kafamızın tepe noktasından başlayarak bedenimizi yukarıdan aşağıya doğru sarmaktadır. Omurga boyunca dizilmiş olan 7 temel çakra, yaşam enerjisinin bedenimize akmasına olanak verir.

Her bir çakra, çeşitli hormonal sistemdeki salgı bezleriyle yakından alakalıdır ve bağlantılıdır. Güçlü elektrik alanları şeklinde tanımlanabilecek çakralar, enerji alanlarındaki dönüş yönlerine göre kapalı ya da açık konumda bulunabilirler.

Çakralar ve Özellikler

Bedenimizde yer alan 7 ana çakra vardır. Her bir çakra, kendi rengine, dokusuna ve özelliklerine sahip. Yine aynı şekilde her çakra müzik ölçeğinde notalandırılmış farklı bir frekansa da sahiptir.

1. Çakraların enerjileri birleşerek auramızı oluşturur. Aura, fiziksel bedenimizi saran enerji bedenimizdir. Enerji bedenin, insana ve ruh haline çok büyük etkisi vardır. Fiziksel ve ruh bedenimizin sağlığı, enerji bedenimizin ne durumda olmasıyla alakalıdır.
2. Çakralar saat akrebi istikametinde titreşimle dönerek, auramıza ve fiziksel bedenimize enerji yayıyorlar. Çakralardaki enerji, aura alan ve fiziksel bedenin sağlıklı çalışması için çok önemlidir. Eğer bir çakra doğru çalışmıyorsa, enerji alanında (aura) delikler, bozulmalar oluşur. Bu da bedenimizin negatif enerjilere açık olmasına ve enerji kaybına sebep olur.
3. Her çakranın görevi farklıdır ve her çakra hayati durumlardan sorumludur
4. Sağlıklı yaşamak, doğru düşünmek ve karar vermek, ayrıca düzgün ilişkiler kurabilmemiz için öncelikle negatif, olumsuz ve yıpratıcı duygu ve düşüncelerden arınmalıyız.

Çakraların İsimleri

Bedenimizde bulunan çakraların isimleri nelerdir?

Fiziksel bedenimizin 7 adet çakrası var:

1. ÇAKRA (Kök çakra)

2. ÇAKRA (Sakral /Cinsel Çakra)

3. ÇAKRA (Solar Plexus Çakrası)

4. ÇAKRA (Kalp çakrası)

5. ÇAKRA (Boğaz çakrası)

6. ÇAKRA (Üçüncü Göz Çakrası)

7. ÇAKRA (Tepe çakrası)

Ses ve nota terapisinde kullanılan mantralar

LAM = DO 1. Çakra için

VAM = RE 2. Çakra için

RAM = Mİ 3. Çakra için

YAM = FA 4. Çakra için

HAM = SOL 5.Çakra için

KSAM = LA 6. Çakra için

OM = Sİ 7. Çakra için

KÖK ÇAKRA / KÖK ÇAKRA OLUMLAMASI

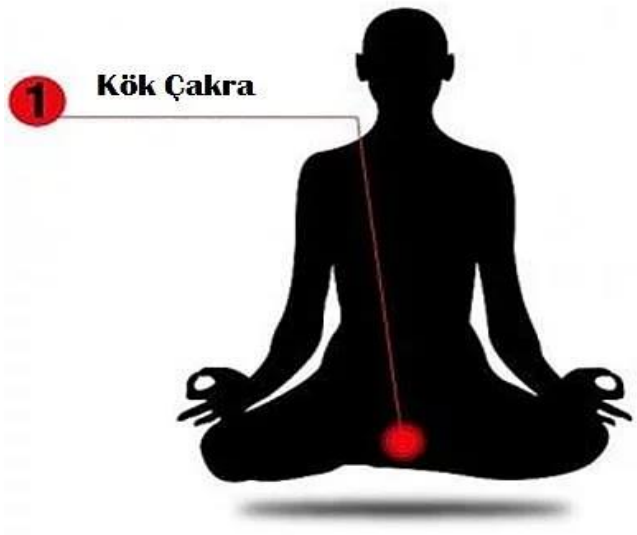
Bu çakra kuyruk sokumu kemiğinin sonunda yer alır. Kök çakra fiziksel bedenin enerji kaynağıdır. Ve dünyayla olan bağlantımızı simgeler. Dünyaya kök salmamız ve kendimizi emniyette hissetmemiz iyi çalışan bir kök çakra ile mümkün olabilir. Temel yaşam fonksiyonlarını sürdürme açısından bu çakra çok önemlidir. Sağlam bir kökü olmayan bir ağaç nasıl ilk fırtınada devrilirse kök çakrası iyi çalışmayan bir insanda zorluklarla mücadele edemez. Kök çakra bedende bacaklar, ayaklar, kemikler, kalın bağırsaklar, omurga ve sinir sistemini kontrol eder. Aynı zamanda cinsellikle de ilgisi vardır.

Kök çakra kırmızı renk yayar.

Kök çakranın elementi topraktır.

Kök çakrasının notası ‘DO’ dur.

Kök çakranın fiziksel olarak kendini güvende hissetme duygusuyla direk ilgisi vardır. Ayrıca seçilen mesleği ve bu meslekteki başarı seviyesini de etkiler. Sağlıksız çalışan bir kök çakra bağırsak, bacak, omurga ve sinir sisteminde çeşitli sorunlara yol açar. Aynı zamanda kişinin zorluklarla mücadele edememesini, kendini güvende hissetmemesini ve dünyayla arasında uyumsuzluklar oluşmasına yol açacaktır. Bu bölgede yaşamsal kundalini enerjisi bulunur ve bu enerjinin uyandırılmasıyla insan bilincinin hayal edemeyeceği olaylar yaşanır. İlk çakra diğer çakraların sağlıklı çalışması için çok önemli bir fonksiyona sahiptir. Bu çakrayı dengelemek istediğimizde zihinsel imgelem yönteminin yanı sıra ses terapisinden de faydalanabiliriz. Meditasyon sırasında kendi sesimizin vücudumuzda yaratacağı rezonans, fiziksel ve ruhsal beden üzerinde etkili olacaktır. Mümkün olduğu kadar, eski Şamanlar ya da Tibetli rahipler gibi bas bir sesle ve mümkün olduğu kadar uzunca ‘UM’ sesini çıkarabiliriz. Kendi sesimizin rezonansını yakalamak psişik üzerinde derin etkiler doğurur. Ritmik nefes alış ve zihinsel imgelemin yanında kendi sesimizi kullanmak mutlaka olumlu sonuçlar verecektir.



OLUMLAMA: Hayatın akışına güveniyorum. Hayatta güvendeyim. Güven içinde olduğumu biliyorum ve bunu kabul ediyorum. Bütün ihtiyacım anında karşılanıyor ve geleceğe güvenle bakıyorum. Dünyanın ve toprağın enerjisi beni besliyor bana sürekli şifa veriyor.

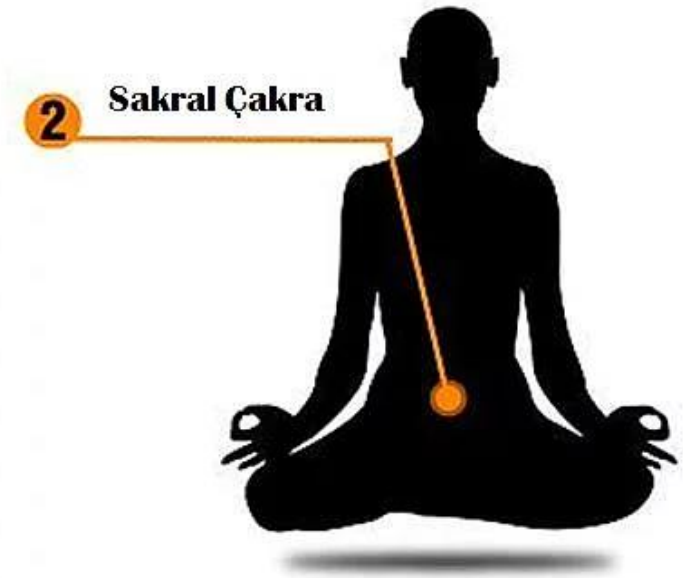
SAKRAL ÇAKRASI / SAKRAL ÇAKRASI OLUMLAMASI

Göbeğin 3-5 cm altında bulunur. Heyecan duyma, isteme yeteneği, aile kurma ve maddiyat bu çakra ile bağlantılıdır. Sakral çakranın elementi su rengi ise turuncudur. Bedende böbrekler, idrar torbası, dolaşım sistemi, lenfatik sistem, üreme organları, anne sütü sakral çakranın etkisi altındadır. Kan hastalıklarına düzgün çalışmayan sakral çakra yol açar. Cinsel sorunların çoğunun nedeni de sakral çakradaki enerji dengesizlikleridir. Bu çakra yaşamda bir akıcılığın meydana gelmesine yardım eder.

Elementinin su olması da bunun bir simgesidir.

Sakral çakrasının notası ‘RE ’dir.

Yaşamın doğal akışında ilerlemesi düzgün çalışan bir sakral çakra ile mümkün olabilecektir. Bu çakranın mantrası ilk sesten bir ton daha tiz ‘OU’ şeklindedir. Çakralarda renkler kırmızıdan mora doğru ilerler. Aynı şekilde çakralar için ses skalası da renkler gibi DO’dan Si ’ye doğru, bastan tize doğru kayar. Dolayısıyla bir alt çakradan bir üst çakraya geçildiğinde mantramızın, sesimizin de bir ton tizleşmesi gerekmektedir. Yaratıcı olma kapasitemiz bu çakra ile doğrudan bağlantılıdır.



OLUMLAMASI: Neşeliyim. İçim yaşam sevinciyle doluyor. Hayat beni sürekli destekliyor. Kendimi seviyor ve olduğum gibi kabul ediyorum. Hayat beni her an destekliyor. Vücudum canlı ve sağlıklı. Hayatımda sürekli gerçekleşen mucizeler beni mutlu ediyor.

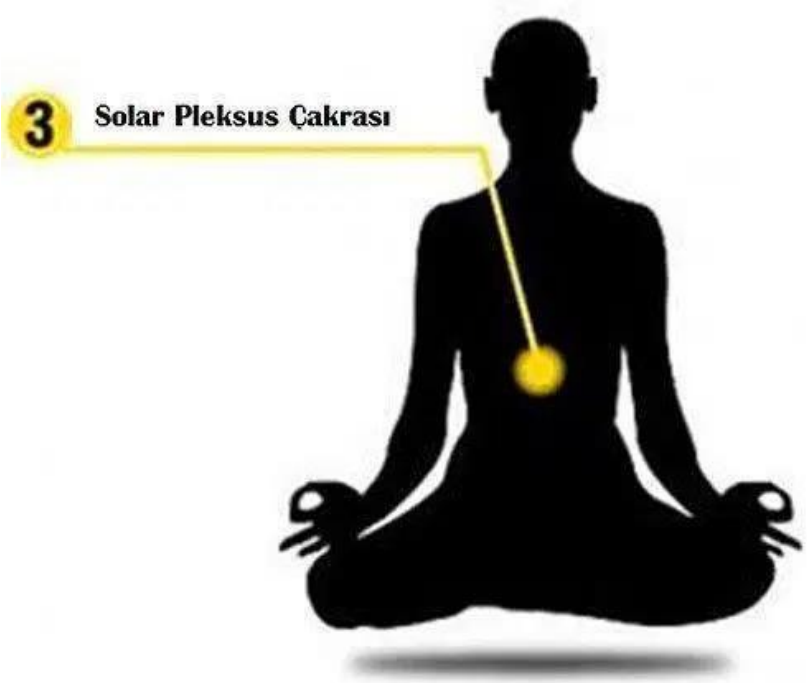
SOLAR PLEXUR ÇAKRA / SOLAR PLEXUR ÇAKRA OLUMLAMASI

Göbek deliğinin 2-3 parmak altında bulunur. Adına güneş sinir ağı çakrası da denir. Solar plexur çakra diğer insanlarla ilişkilerimizi, beğenilerimizi, toplumsal kimliğimizi, irademizi ve amaçlarımıza ulaşmaktaki kararlılığımızı simgeler. Kendini kontrol etme ve başarı isteği de solar plexur çakrayla ilgilidir. Bedende ise karaciğeri, sindirim sistemini, pankreası, onikiparmak bağırsağını ve dalağı etkiler. Göz ve görme ile ilgili fonksiyonlarda bu çakranın etkisindedir.

Solar plexur çakranın rengi sarı ve elementi ateştir.

Solar plexur çakrasının notası ‘Mİ’dir.

Bu çakrayı aktive ederken kullanmamız gereken ses ‘OO’ dur. Makama son çakradan biraz daha yüksek bir tonda, ses seviyemizin ortalarında bir yerde çok yumuşak ve sakin ‘OO’ sesi ile başlayabilirsiniz. Ortalama yedi kez bu matrayı tekrar edebilirsiniz. Sonunda gelen rahatlama hissi ve pozitif enerji dalgasını hissetmeden çakranızı dengelemiş olmazsınız.



OLUMLAMA: Güçlüyüm. Bu gücümü farkındayım. Geçmişle uyum içinde yaşıyorum. Hayatımda her şey yolunda gidiyor. Merkezimdeyim, dengedeyim, uyum içindeyim, yaratılan herkesi, her şeyi sevgiyle kabul ediyorum. Otoritemi ve gücümü biliyor ve kullanıyorum.

KALP ÇAKRASI / KALP ÇAKRASI OLUMLAMASI

Vücutta göğsün tam ortasında kalbin hizasında yer alır. Sevgi, şefkat, fedakârlık, duygusal bütünlük, cömert, derin mutluluk gibi özellikleri simgeler. Bu çakra direk duygularla ilgilidir. Timüs bezi bu çakranın etkisindedir ve ürettiği hormon mutluluk hormonudur. Timüs, uyarıldığında salgıladığı hormonlar kişide haz ve mutluluk duygusu yaratır. Timüs bezi büyümeyi düzenler, bağışıklık sistemi hücreleri olan T hücreleri burada üretilir ve lenf sistemini kontrol eder.

Kalp çakrasının notası 'FA'dır.

Meditasyon sırasında bu çakrayı dengelerken sakin, orta şiddette 'AAĞ' mantrasını kullanırız. Ortalama yine yedi kez tekrar edilmesine ve mümkün olduğunca uzun olmasına dikkat ediniz.

OLUMLAMA: Kendimi koşulsuz sevgiye, hayatın getirdiklerine ve yeniliklerine açıyorum. Hayatın bana verdiği sorumlulukla sevgiyle taşıyorum. Bağışıklık sitemim kusursuz çalışıyor. Bütün duygularıma evet diyorum ve güveniyorum. İçimdeki sevgiyi gün geçtikçe büyütüyorum.

BOĞAZ ÇAKRA / BOĞAZ ÇAKRASIN OLUMLAMASI

Vücuttaki yeri boyun ve boğaz arasındaki çukurdadır. Konuşma yeteneğimizi, ses tellerimizi, dürüstlüğü, düşüncelerimizi ve duygularımızı doğru ve açık olarak anlatma yeteneğimizi bu çakra simgeler. İnsan vücudunda boyun, boğaz, çene, ses telleri, bronşlar, ciğerlerin üst kısmı ve kollar bu çakranın etkisindedir. Tiroit bezi de bu çakra ile ilgilidir. Tiroit bezinin vücudun gelişiminde oynadığı önemli rol ve yiyeceklerin enerjiye dönüşüm hızını düzenlemekteki işlevi göz önüne alınırsa boğaz çakrada ki bir enerji dengesizliğinin ne gibi sonuçlar oluşturacağı daha iyi anlaşılabilir.

Boğaz çakrasının notası ‘SOL’ dur.

Bu çakra için kullanacağımız mantra ‘AAY’dır. Dikkatimizi boğaz çakrası üzerinde toplayıp yedi kere bu mantrayı tekrar etmeli ve en önemlisi sesimizdeki dürüstlüğü çıkardığımız seslere yansıtıp, hissedebilmeliyiz. Boğaz çakrasımız dengede olduğu takdirde, sesinizdeki değişim başkaları tarafından hemen hissedilecektir.

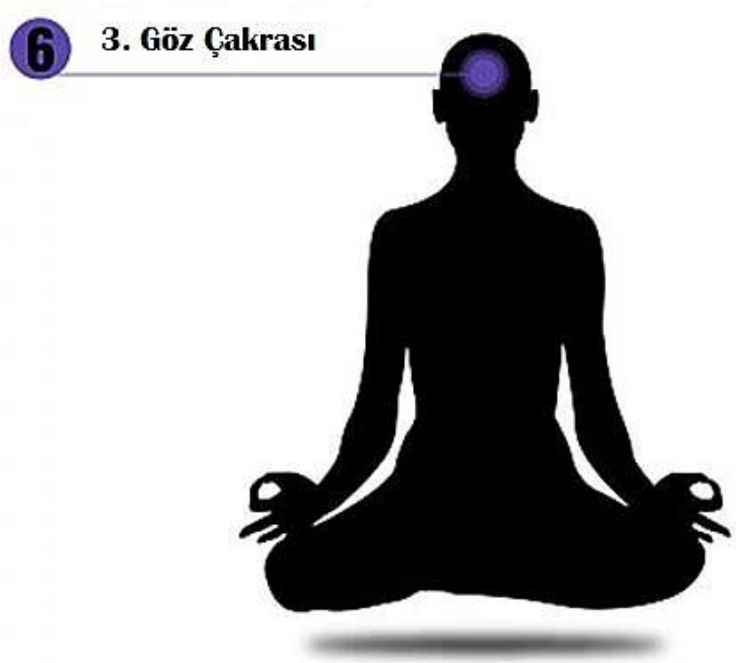
OLUMLAMA: Hayatın bana getirdiği değişiklikleri sevgiyle kucaklıyorum. Ben değişiyorum, hayatım değişiyor ve ben bu durumdan çok keyif alıyorum. Duygularımı açıkça ifade etmek bana mutluluk veriyor. Kendimi özgürce ve sevgiyle ifade ediyorum.

ALIN ÇAKRASI (3.GÖZ) / ALIN ÇAKRASI (3.GÖZ) OLUMLAMASI

Vücutta alnın ortasında iki kaşın arasında yer alır. Bu çakraya üçüncü göz çakrası da denir. Sezgi gücü, zihin gücü, hafıza, telepati, altıncı his gibi duyu dışı algılamalarımızı etkileyen bu çakradır. Vücutta ise duyu organlarını kontrol eder ve beyinle direk bağlantılıdır. Bu çakranın kontrol ettiği içsalgı bezi hipofizdir. Hipofiz temel salgı bezidir çünkü endokrin sistemindeki diğer salgı bezlerinin çalışmalarını kontrol eder.

Alın çakrası (3.göz) notası 'LA'dır.

Meditasyon sırasında bu çakra için kullanacağımız mantra 'EY 'dir. İnce, sade, nazik bir sesle 'EY' sesini ortalama yedi kez tekrar edin. Gözlerinizi kapatıp, üçüncü göz hizasına, içsel görüşe odaklanın. Bu sırada bazı ışıklar, şekiller, mandalalar görebilirsiniz. İlerleyen meditasyonlarda üçüncü gözünüz sayesinde kozmosta içsel yolculuklara çıkabilir, görünmeyeni iç gözünüz sayesinde görebilirsiniz.



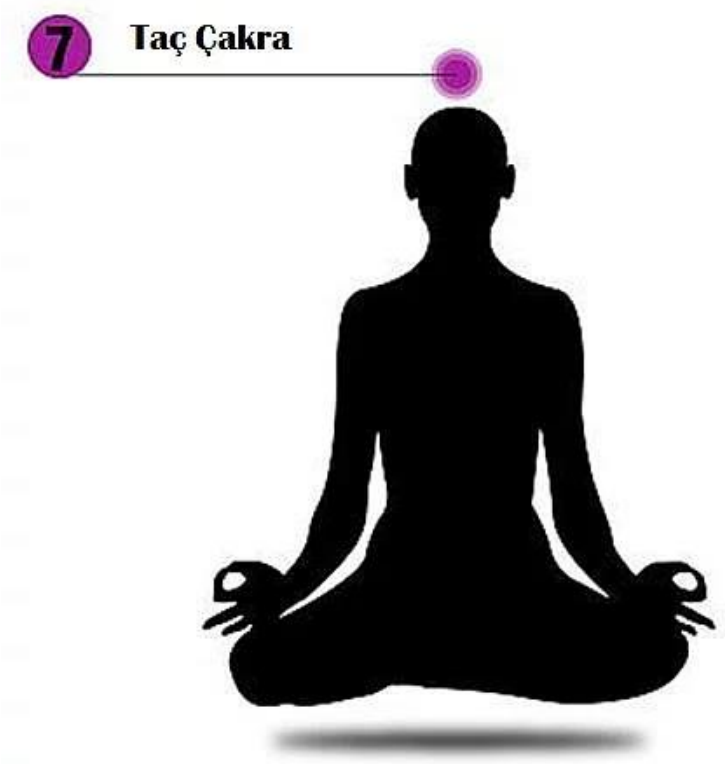
OLUMLAMA: Hayattaki farkındalığım her geçen gün artıyor. Her olayın benim hayatıma gerçekleştiğini anlıyorum ve çok mutlu oluyorum. Bakış açım gün geçtikçe genişliyor. Tüm duygularımla farkındalığım artıyor. İçimdeki sezgi gücünün sürekli sesini duyuyor ve anlıyorum.

TEPE ÇAKRASI / TEPE ÇAKRASI OLUMLAMASI

Tepe çakrasına taç çakrada denir. Vücutta kafanın üstünde en yüksek noktada bulunur. Bu nokta bebeklerde bulunan ve sonradan kapanan bıngıldak dediğimiz bölümdedir. Tepe çakrası yüksek bilincimizle bağlantılıdır. Evrensel enerjiyi aldığımız yer taç çakradır ve bu çakra tamamen açıldığında diğer çakradaki tüm tıkanıklıklar da çözülür. Sahip olduğumuz dinsel inançların gücü ve Yaradan'a teslimiyet bu çakra ile ilgilidir. Tepe çakra vücutta epifiz bezini etkiler. Epifiz bezinin tam olarak işlevleri bilim adamlarınca kesin olarak açıklanamamıştır ancak vücudun doğal dengesinin korunması konusunda çok önemli olduğu bilinmektedir. Düzgün çalışmayan taç çakra korkular, kaygılar ve bütünlükten kopma duygusu verecektir.

Tepe çakrası notası 'Si' dir.

Bu çakra için kullanacağımız mantra 'İİİ' sesidir. Olabildiğince yüksek bir tondan (kafa sesiyle) yumuşak bir biçimde, ortalama yedi kez 'İİİ' sesini tekrarlayın. Sonrasında bir süre sessiz kalın ve deneyimizin farkına varmaya çalışın. Meditasyonlar her geçen gün tekrarlandıkça daha da kolaylaşacak ve titreşiminiz-farkındalığınız daha da artacaktır.
Ruh, zihin ve bedenin dengesi, çakra felsefesinin içinde yüzyıllardır kendisini gizlemiştir.



OLUMLAMA: Evrende var olan her şeyle birim. Mutlak yaratıcıya ve evrene açığım. Her şeyin bütünün ve benim hayrıma olduğunu biliyorum. Birlik bilinci içerisinde yaşıyorum

HASTALIK TESPİTİ VE ŞİFA ÇALIŞMASI

Sarkacınızla hastalıklar üzerinde çalışmalar yapacaksanız öncelikle hastalığın belirlenmesi gerekir. Bunu kişi kendi biliyorsa yani hastalığın ne olduğu belli ise o zaman şifa çalışması yapabilirsin. Eğer hastalık belli değilse öncelikle hastalığın ruhsal hastalık mı, yoksa fiziksel hastalık mı olduğu belirlenir. İnsan anatomisini gösteren bir resim alarak da o resmin üzerinde çeşitli yerlere sarkacınızı tutarak herhangi bir kişinin sağlık sorunu hakkında bilgiler almak üzere sorular sorabilirsiniz. Bu çalışmayı hayvanlar içinde yapabilirsiniz. Hastalıklar, hastalıkların nedenleri ve çözüm yolları ile ilgili şemalardan faydalanarak sarkacınızla hastalık tespiti ve şifa çalışması yapabilirsiniz.

Hastalık tespit edildikten sonra ya da kişi hastalığının ne olduğunu biliyorsa şifa çalışmaları da yapabilirsiniz.

ORTAMDAKİ ENERJİ TESPİTİ

Bulunduğunuz herhangi bir ortamda, evde ya da odanızda sarkacınızla enerji tespiti yapabilirsiniz. Sarkacınıza bulunduğunuz yeri tanıtarak, **‘’Sevgili sarkacım, Zeynep’in evinin salonunda negatif enerji var mı?’’** diyebilirsiniz. Sarkacınızın verdiği cevap **EVET / HAYIR** olacaktır. Böylelikle bulunduğunuz mekanlardaki enerjileri tespit etmiş olursunuz. Hatta şema çalışmalarıyla negatif enerjinin kimden ya da neden kaynaklandığını da bulabilirsiniz.

SARKAÇLA RENK ENERJİSİ TESPİTİ VE RENK ENERJİSİ YÜKSELME

Her rengin hayatımızda bir titreşimi vardır. Hayatımızda yaşadığımız tıkanıklıkları açmak için veya ilerleyemediğimiz durumların önüne geçmek için hayatımızda bu renk titreşimlerini kullanarak bu noktaları düzeltebiliriz. Sarkac kullanarak da hayatımızda hangi renk titreşiminin azaldığını veya bedenimizde hangi renk enerjisini yüklememiz gerektiğini belirtebiliriz. Bu işlemi gerçekleştirmek renk şemasını kullanarak, **‘’Bugün kırmızı renk titreşimine ihtiyacım var mı?’’** Şeklinde sorabilirsiniz. Tek te tüm renkler için bu soru kalıbını kullanarak sarkacımızın vereceği **EVET / HAYIR** cevabına göre hangi renk titreşimine ihtiyacımız olduğunu belirleyebilirsiniz.

Ancak renk şeması kullanarak bunu belirleyeceksek o zaman sarkacımızı şemanın ortasına tutup **‘’Sevgili sarkacım, bugün hangi renk titreşimine ihtiyacım olduğunu bana göster.’’** Diye sorabilirsiniz.

Sarkacınız şema üzerinde hareket ederek hangi renk titreşimine ihtiyacınız olduğunu size gösterecektir. Mesela sarkacınız mor rengin üzerinde duruyorsa**, ‘’Sevgili sarkacım, bugün mor rengin titreşimini (ya da enerjisini) bedenime yükle.’’** Diye sorduğunuzda sarkacınız dönerek o rengin enerjisini size yükleyecek ve yükleme bittiğinde duracak.

Renk enerji tespiti ve renk enerji yükleme uygulamasını kendinizde yapabileceğiniz gibi bir başkası içinde şemanın üzerine o kişinin adını, soyadını, doğum tarihini yazarak kişiyi sarkacınıza tanıtarak gerçekleştirebilirsiniz.

GÜNLÜK ŞİFALI TAŞLARIN TESPİTİ VE ŞİFALI TAŞ ENERJİLERİN BEDENE YÜKLENMESİ

Şifalı taşların hepsi bedenimizde, enerji alanımızda farklı etkilere sahiptir. Kişi kendinin veya bir başkasının ve enerji alanının hangi şifalı taş titreşimine ihtiyacı olduğunu belirlemek için sarkaç çalışmaları uygulayabilirsiniz.

Şifalı taş çalışması yapabilmeniz için öncelikle şifalı taşların isimlerini, anlamlarını, yaydığı enerjilerini yazılı olduğu bir şema hazırlanır. Bu şema üzerinde sarkaç tam merkezine sabit tutarak, ‘’Sevgili sarkacım, bedenimin ve enerji alanımın bugün hangi şifalı taş titreşimine ihtiyacı var?’’ diye sorarsanız ve sarkacın hangi şifa taş isminin üzerine doğru hareket ettiğini gözlemlersiniz. Şifalı taş ismini belirledikten sonra bu enerjinin bedeninize ve enerji alanınıza dolması için, **‘’Sevgili sarkacım, ametist taşının enerjisini bedenime yükle, yüklemen bitince dur’’** diyere, sarkacı pozitif yönde, yani saat yönünde sağa doğru çevirip, dönmesi bitene kadar beklemelisiniz. Taşın enerjisi tam anlamıyla dolduğu zaman sarkaç kendiliğinden duracaktır.

SARKAÇLA BAĞ KESME ÇALIŞMASI

Hayatımızda can sıkıcı durum, kişi ya da hastalıklarla mücadele etmek yerine o can sıkıcı durum ya da kişiden özgürleştirmek için bağ kesme çalışmaları yapabilirsiniz. Bağ kesme çalışması bir kişi ya da durum sizi üzdüğünde, canınızı sıktığınızda her zaman uygulayabileceğiniz gibi sarkaçla da yapmanız mümkündür.

Sarkaçla bağ kesme çalışmalarında hayatımızdan gitmiş olan ancak sizde etkileri devam eden her kişi için, her olay için, her durum için ya da her hastalık için yapabilirsiniz.

Bir örnekle açıklayacak olursak, eşinizden ayrılmış olmanıza karşın ona karşı hala bazı duygular hissediyor olabilirsiniz. Olumlu ya da olumsuz düşünceler içerisinde olabilirsiniz. Eski eşiniz aklınıza geldiğinde kendinizi kötü hissediyor olabilirsiniz. Bu durumda o kişiyle bağ kesme çalışması yapmak için sarkacınızı kullanabilirsiniz. Bu çalışma için bir kâğıda kendi bilgilerinizi ve o kişiye karşı hissettiğiniz duyguları sonra da o kişinin bilgileriniz yazmanız gerekir. Eğer tam olarak o kişiye karşı hangi duygular içerisinde olduğunuzu bilmiyorsanız o zaman duyguların yazılı olduğu şema üzerinden çalışma yapabilirsiniz. Mesela duygu olarak ‘’öfke’’ hissediyorsanız, sarkacınızı bu kâğıttın ortasında tutarak sarkacınıza o kişiyi tanıttıktan **sonra ‘’Sevgili sarkacım, 07/08/1980 doğumlu X ile olan evliliğim süresince bilerek ya da bilmeyerek yaşattığım tüm zorluk ve sıkıntılar için ondan özür diliyorum. Ben onun bana bilerek ya da bilmeyerek yaşattığım tüm hatalar için onu affediyorum. Beraber olduğumuz süre içersin de bana öğrettiği her şey için ona teşekkür ediyorum. Şu andan itibaren onunla aramızdaki tüm bağları kesiyorum ve onu benden, beni ondan sevgiyle özgür bırakarak, bana hissettirdiği ‘’öfke’’ duygusundan kurtulmayı niyet ederek, sarkacımı sola doğru çeviriyorum’’** diyerek, sarkacınızın hem daha çok hem de daha hızlı dönmesini sağlıyorsunuz. İçinizden geldiği kadar bu işlemi devam ettiriyorsunuz. Ne zaman kendinizi hazır hissederseniz sarkacınızı döndürmeyi bırakıp sarkacınız kendiliğinden durana kadar beliyorsunuz. Sarkacınız durduktan sonra, o kişi için bedeninizden ve enerji alanınızdan boşalttığınız öfke duygusuna karşı başka bir duygu yüklemesi yapmanız gerekir. Bunun için de **‘’Sevgili sarkacım, şu anda bedenime, enerji alanıma, ruhuma ‘’güven’’ duygusunun yüklenmesine niyet ederek, sarkacımı sağa doğru çeviriyorum’’** diyorsunuz. Güven duygusunun bedeninize ve enerji alanınıza tam olarak yüklendiğinden emin olana kadar sarkacınızı çevirmeye devam ediyorsunuz ve sonrasında çevirmeyi bırakıp, sarkacınız kendiliğinden durana kadar bekliyorsunuz**.**

ERİL VE DİŞİL ENERJİLER ÜZERİNDE ÇALIŞMA YAPMAK

Eril ve dişil enerjilerle tamamen cinsiyetten, konumdan otoriteden, ilişkilerden, bedenden bağımsız olarak herkesin, hepimizin içerisinde bulunan enerjilerdir.

Eril enerji beynin sol tarafını, dişil enerji ise beynin sağ tarafını temsil eder. Eril enerji analitik düşünce, pratik zekâ, başarı gibi kavramları, dişil enerjide sevgi, güven, yaratıcılık, içgüdü, sabır gibi kavramlardan oluşur.

Sadece dişil enerjinin hâkim olduğu bedenlerde karar verme, yönetim, özgüven gibi konularda kişi zayıf düşer. Sadece eril enerjinin hâkim olduğu bedenlerde ise kişi sadece mantık üzerine kurulu bir hayat geçirir ve kendisiyle sürekli ego savaşı içerisindedir.

Eril enerji erkek, dişil enerji kadın cinsiyetiyle alakasın yoktur.

Sarkacınızla kendi bedeninizdeki ve enerji alanınızdaki eril ve dişil enerji oranını veya başkalarının bedenlerindeki ve enerji alanlarındaki eril ve dişil enerji oranını belirleyebileceğiniz gibi bu oranları dengeleme çalışmaları da yapabilirsiniz.

Bu çalışma için öncelikle sarkacınızın eril ve dişil yönünü belirlemeniz gerekiyor. Bunun için sarkacınıza, **‘’Sevgili sarkacım, bana eril yönünü göster.’’ ‘’Sevgili sarkacım, bana dişil yönünü göster’’** diye sarkacınıza sormanız gerekiyor. Genel olarak eril dişil enerji çalışmalarında sarkacınız sağa ya da sola elips şeklinde bir yönde dönerek hareket eder.

SARKAÇLA BİLİNÇALTI BLOKAJLARIN VE ATALARDAN GELEN KARMİK ETKİLERİN TESPİTİ VE ŞİFALANDIRILMASI

Sarkaçla bilinçaltı blokajları, bu blokajların hangi çakrada bulunduğu, ne zaman ve nasıl ortaya çıktığı tespit edilip bu blokajları şifalandırma çalışmaları yine hem kendiniz için hem de başkaları için yapabilirsiniz.

Bu çalışma için kişinin doğum yılından itibaren şu anda bulunduğumuz yıla kadar geçmiş olan tüm seneler teker teker bir kâğıda yazabilir ya da senelerin yazılı olduğu şema bu çalışama da kullanıla bilinir. Kâğıdın ya da şemanın üzerine de kişinin bilgileri ve özellikleri yazılır.

KORUYUCU MELEĞİNİZLE BAĞLANTI KURMA

Sarkacınızı kullanarak koruyucu meleğinizle iletişime geçebilir, koruyucu meleğinizden cevaplar alabilirsiniz. Ancak koruyucu meleğinize kesinlikle zaman kavramının söz konusu olduğu sorular sormamalısınız. Öncelikle sarkacı sabit tutarak, **‘’Sevgili koruyucu Meleğim, şu anda seninle iletişime geçmek, bağlantı kurmak istiyorum. Yanıma gelebilir misin?’’** diye sorabilirsiniz. Sarkacınız **EVET / HAYIR** yönüne sallanacaktır. Eğer **‘’HAYIR’’** yönünde hareket ederse bu durumda çok ısrarcı olmamak gerekir.

Eğer sarkacınız **‘’EVET’’** yönünde hareket ederse bu durumda koruyucu meleğiniz yanınıza gelmiştir.

Sonrasında merak ettiğiniz tüm soruları sarkacınız aracılıyla koruyucu meleğinize sorabilirsiniz.

BOVİS BİOMETRE NEDİR?

Sarkaçla yaşam enerjisi analizi yapmak için Bovis Scale Şeması kullanılması gerekir. Bovis scale şeması kullanarak **kendiniz hariç** herkese ve her şeye yaşam enerjisi analizini yapabilirsiniz ve ayrıca yaşam enerjisi dengeleme işlemi gerçekleştirebilirsiniz.

Bovis Scale şeması 0'dan 18.000'e kadar değerler yer alır. Bu şema üzerinde aynı zamanda hangi değerlerde kişinin nasıl bir duygu içerisinde olduğunu belirten ifadeler bulunur.

Bovis Scale şemasının üzerine sarkacınızı tutuyorsunuz ve şu şekilde soruyoruz:
''Sevgili sarkacım X kişinin yaşam enerji seviyesini göster''

Sarkacınız Bovis Scale üzerinde 0-60.000 arasında bir değere doğru hareket ve duracaktır.

Bu noktada sarkacınız durduğu değer:

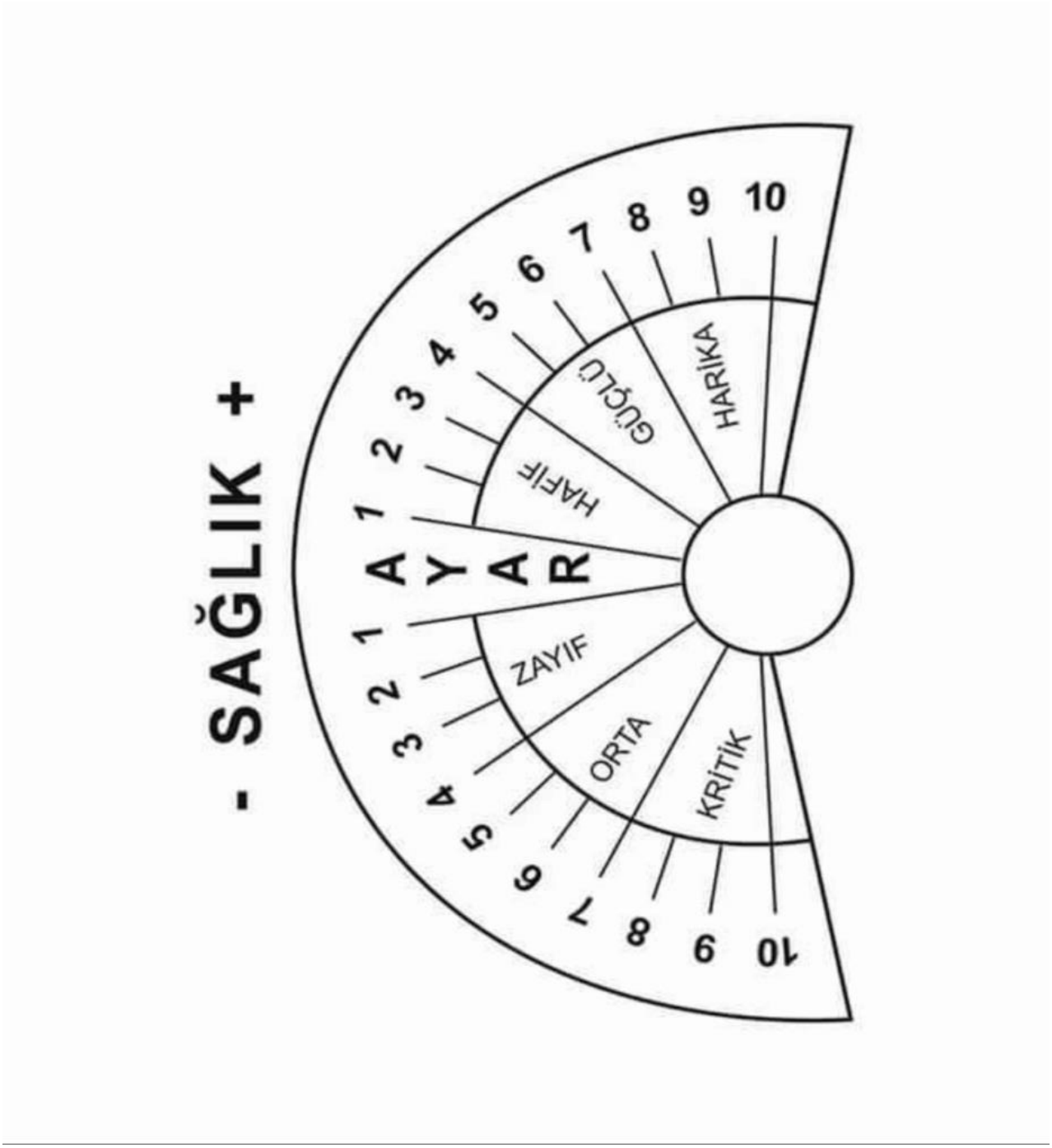
0 – 3000 aralığında ise kişinin yaşam enerjisi çok düşüktür. Bu aralıkta olan kişiler intihara meyillidir. Hayattan zevk almayan ve ayrıca ne kendilerine ne de insanlığa faydası olmayan bireylerdir.

3000- 4500 aralığında ise kişinin yaşam enerjisi normaldir. Bu aralıktaki kişiler genellikle fiziksel ve ruhsal yaşarlar. Bu kişiler çok fazla sıkıntı çekmeden ama çokta rahat olmadan normal bir yaşam sürüyorlar.

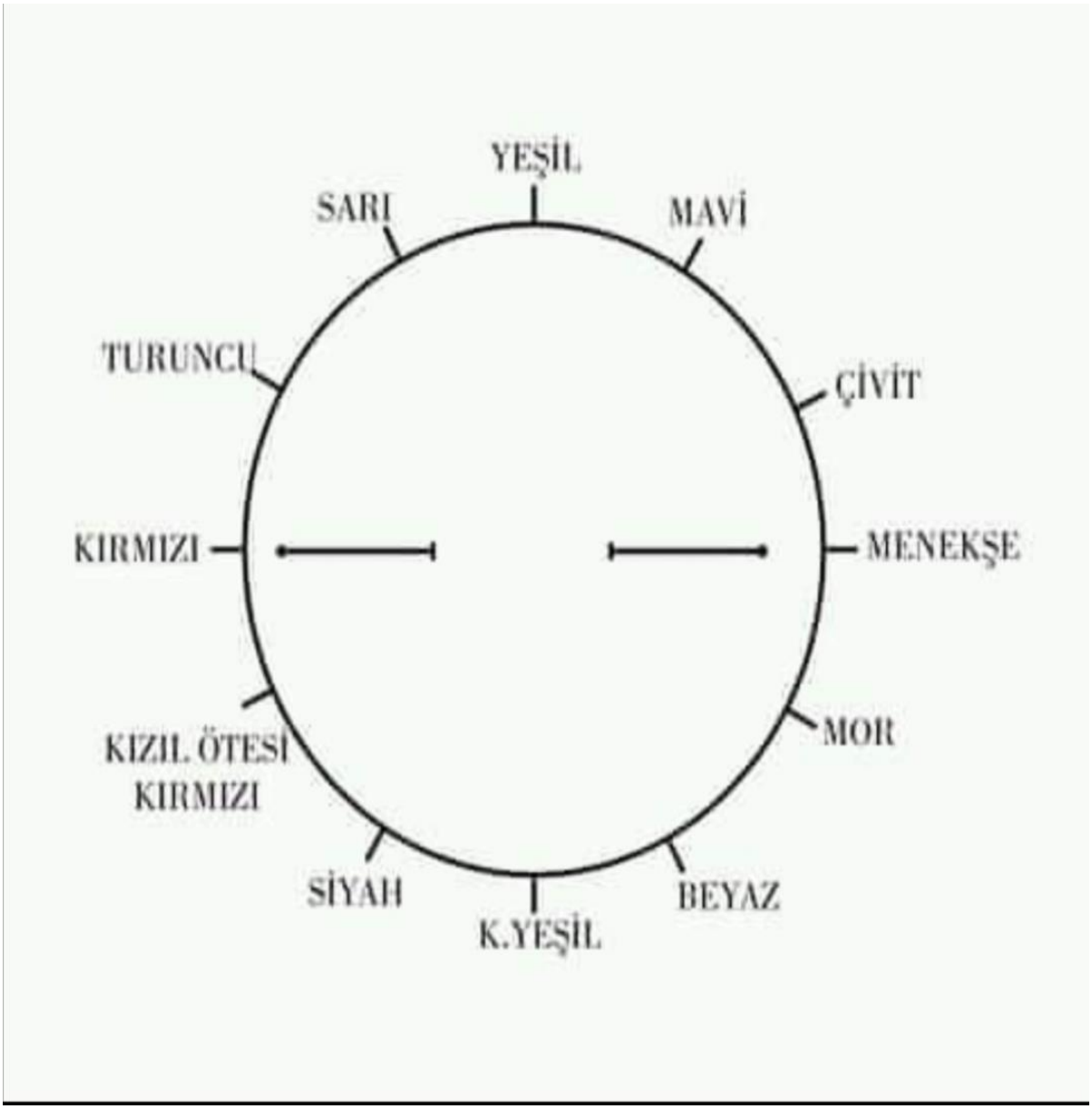
4500- 8500 aralığında ise kişilerin yaşam enerjisi yüksektir. Hayattan keyif almayı seven kişilerdir. Rahat bir hayat sürerler.

8500- 11500 aralığında olan kişilerin yaşam enerjileri aşırı yüksektir. Bu kişiler spitüellik anlamda da kendilerini geliştirmiş olan kişilerdir.

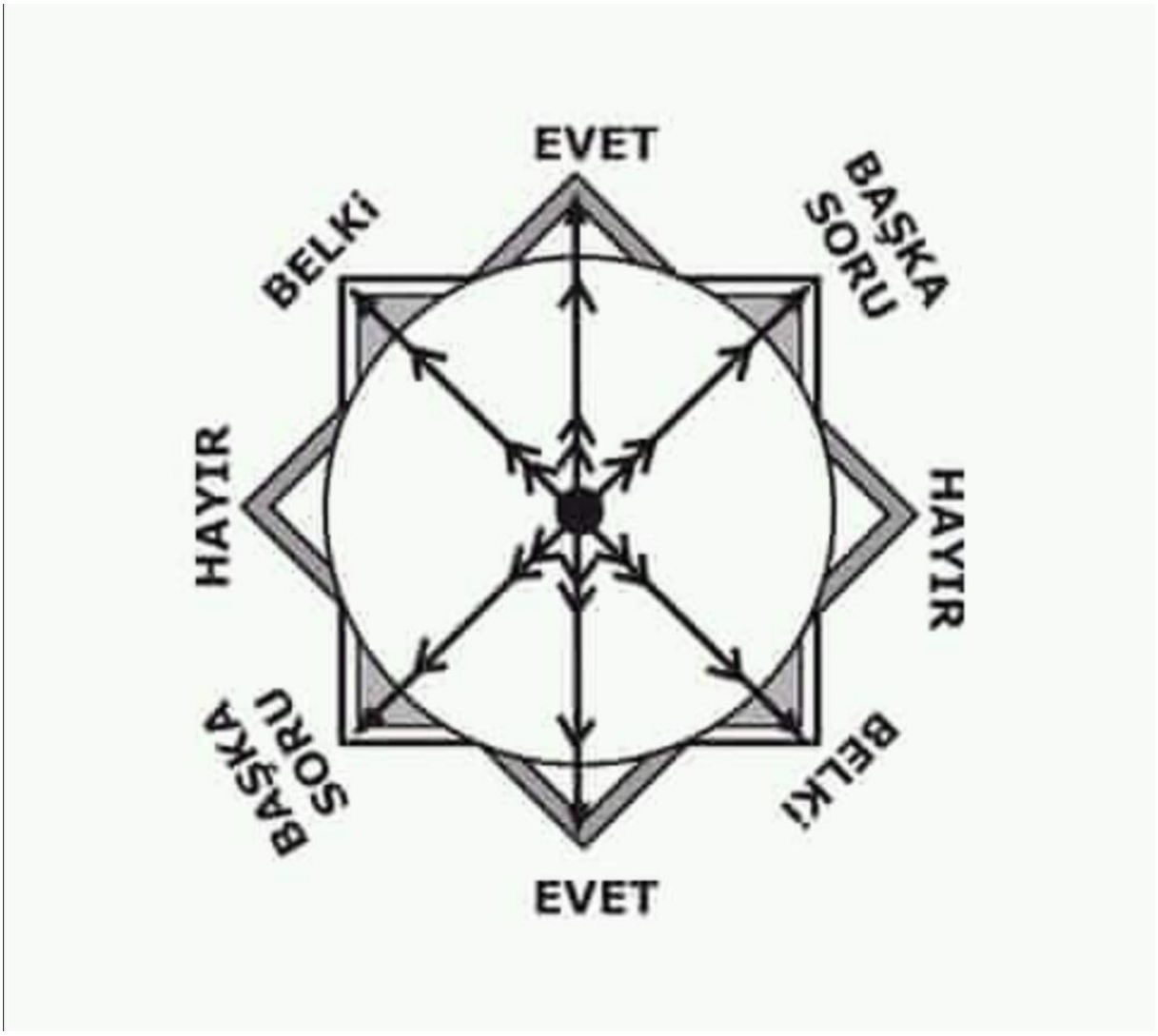
11,500 ve üzerinde olan kişilerin yaşam enerjileri en üst seviyelerdedirler. Artık onlar üstat yolunda ilerleyen ve üstat olarak hayatlarına devam eden kişilerdir.



SAĞLIK ŞEMASI


YEŞİL
SARI
MAVİ
TURUNCU
ÇİVİT
KIRMIZI
MENEKŞE
MOR
KIZIL ÖTESİ
KIRMIZI
SİYAH
K.YEŞİL
BEYAZ

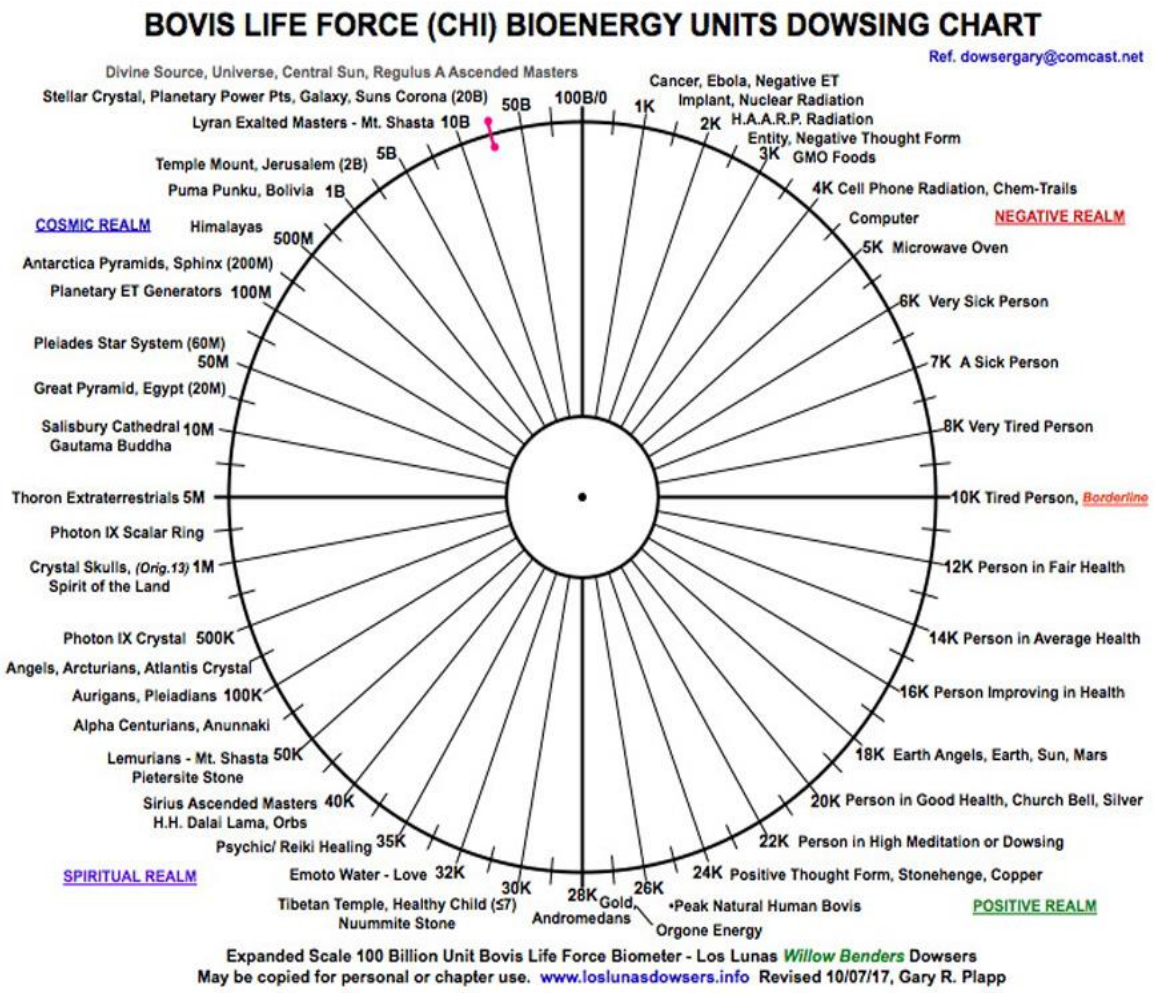
RENK ŞEMASI



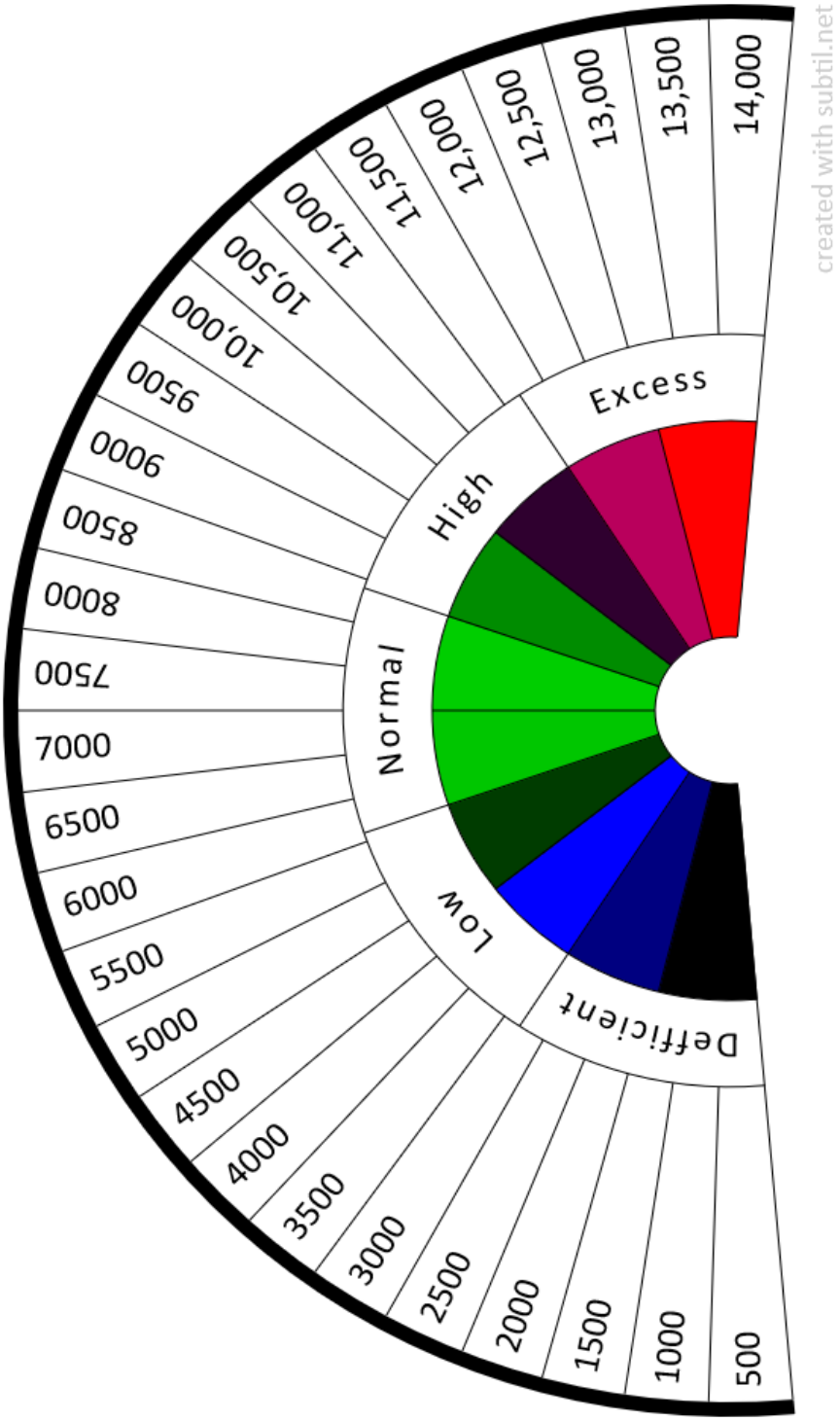
SARKAÇ ŞEMASI

SARKAÇTA KULLANIM ŞEMALARI

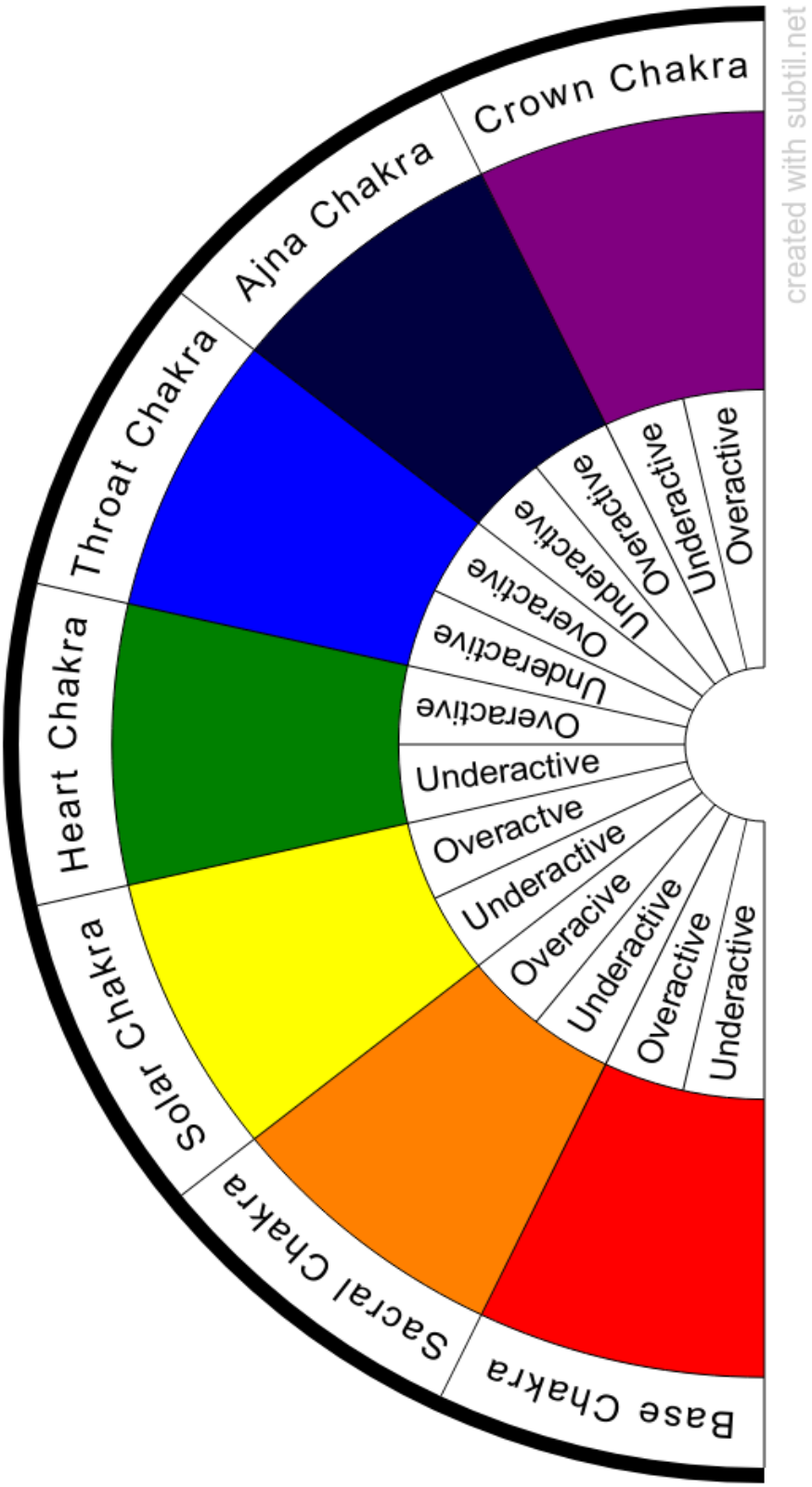
BOVİS YAŞAM GÜCÜ BİOENERJİ ÜNİTESİ



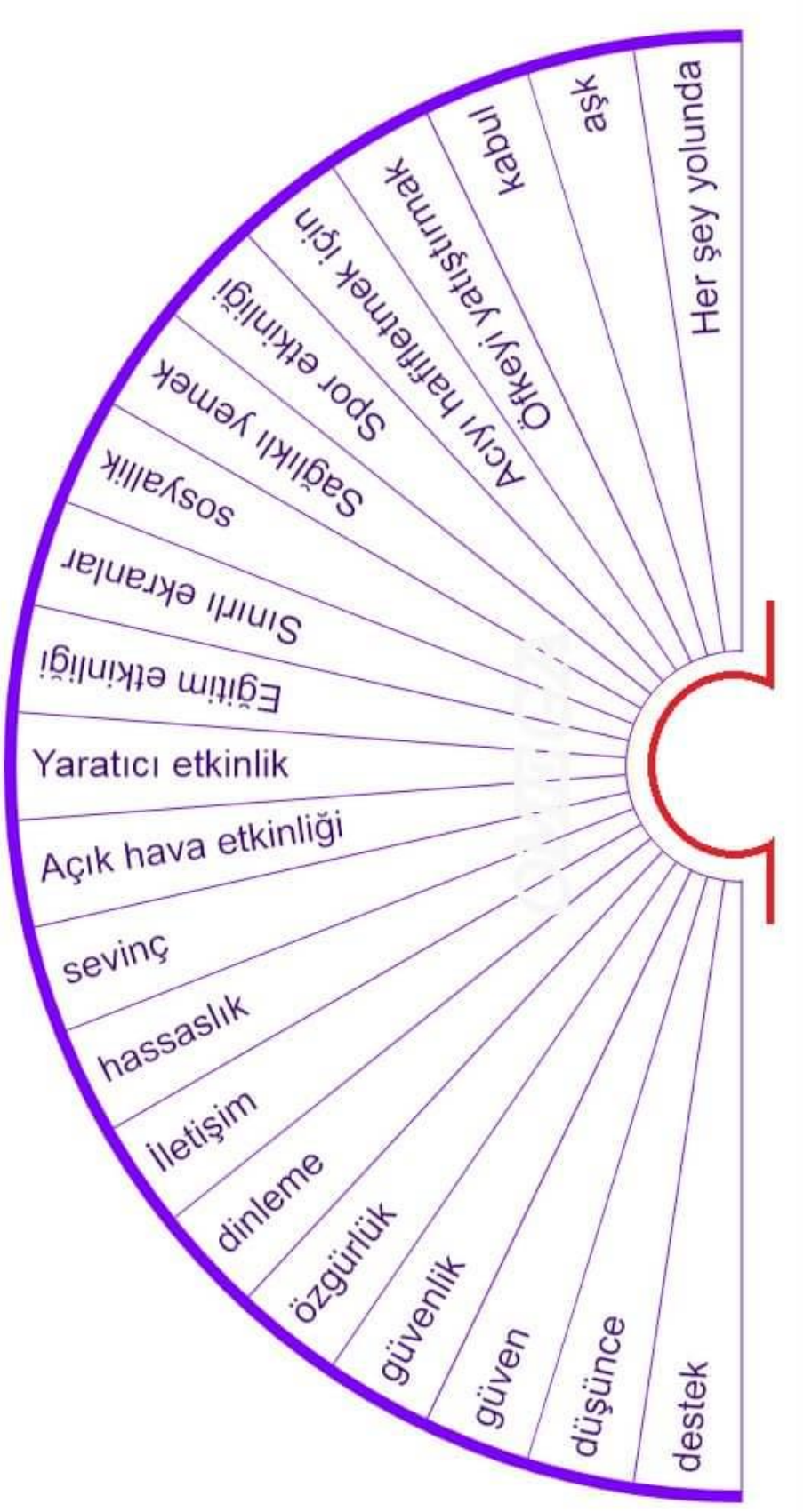
Expanded Scale 100 Billion Unit Bovis Life Force Biometer - Los Lunas *Willow Benders* Dowsers
May be copied for personal or chapter use. www.loslunasdowsers.info Revised 10/07/17, Gary R. Plapp



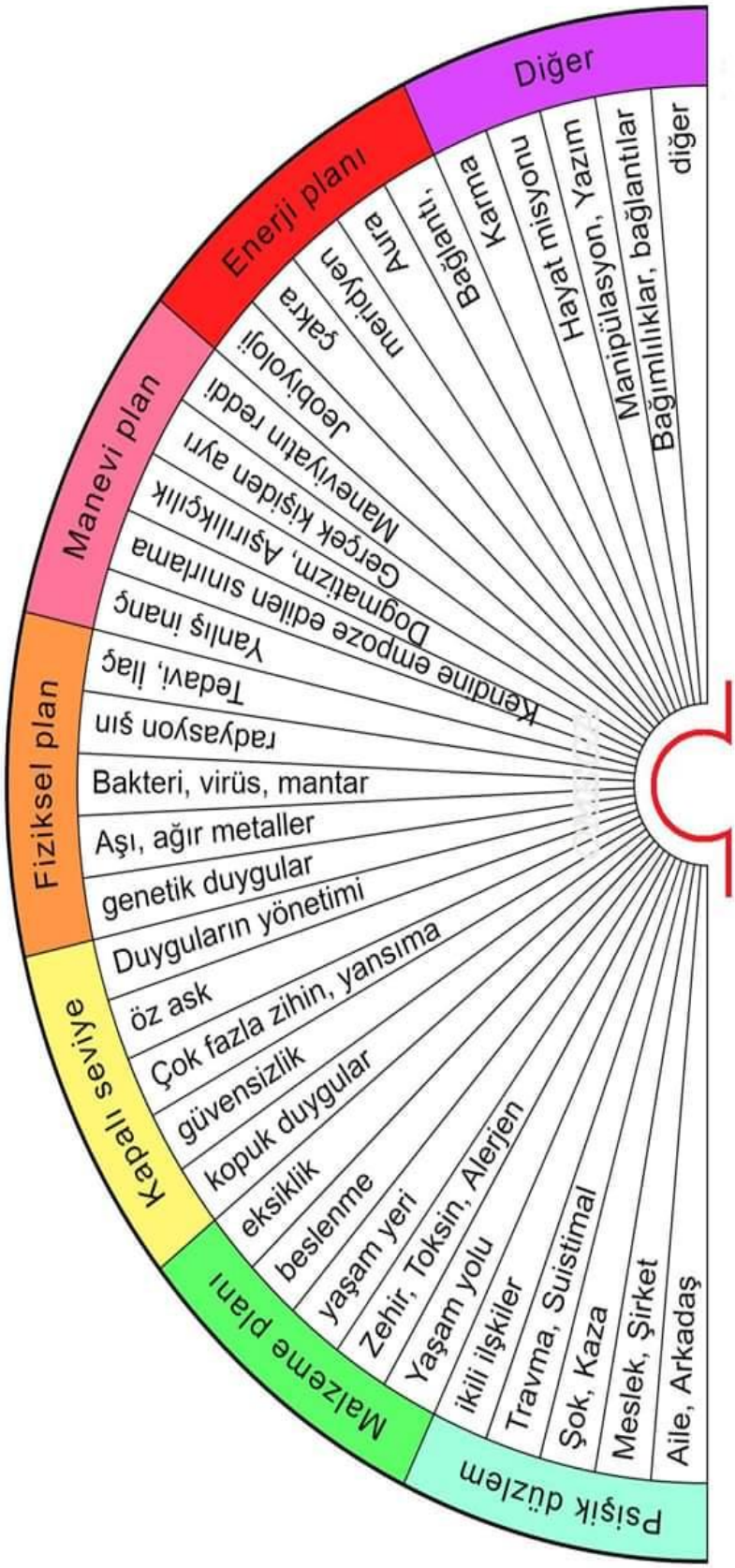
BOVİS SEVİYE ÖLÇÜM ŞEMASI



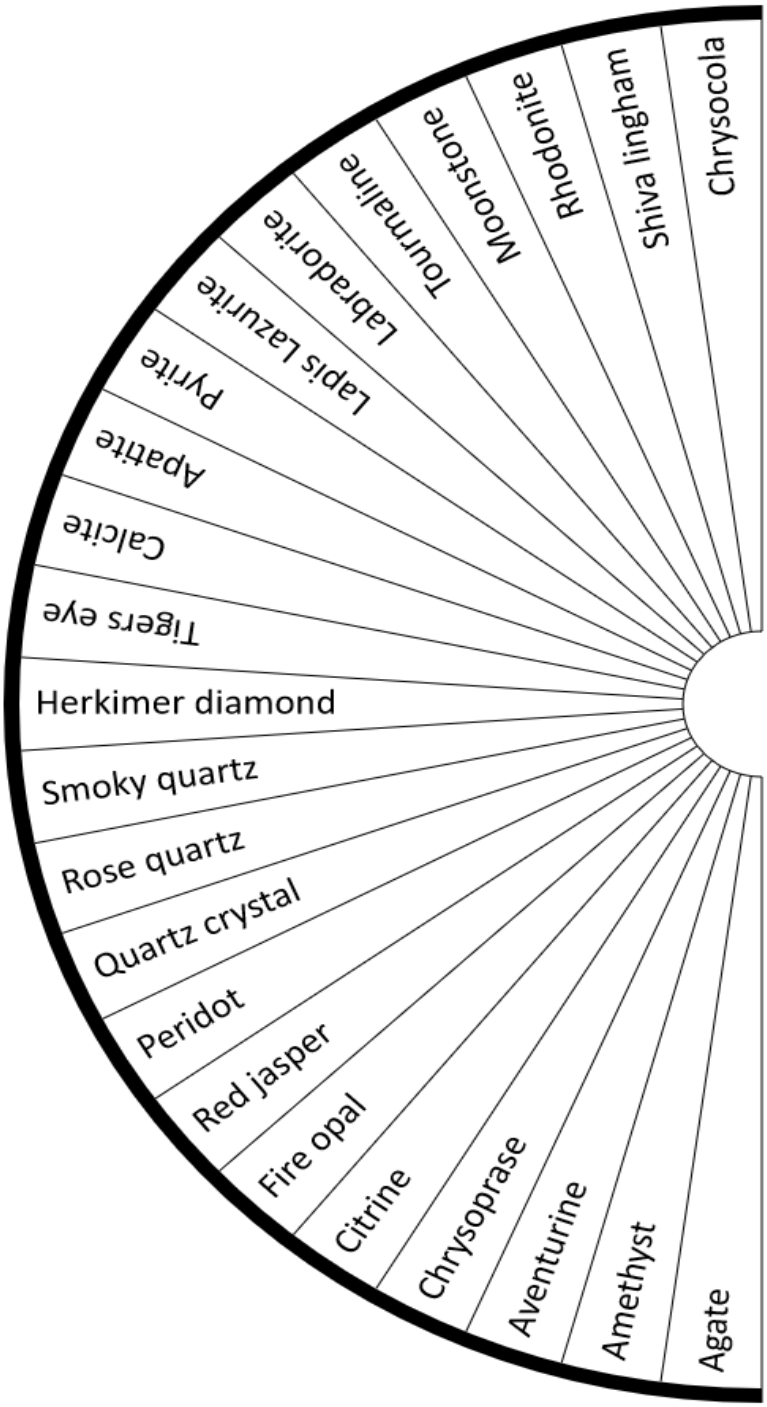
BOVIS ÇAKRALAR



SARKAÇ KULANIMDA DUYGU HALLERİ

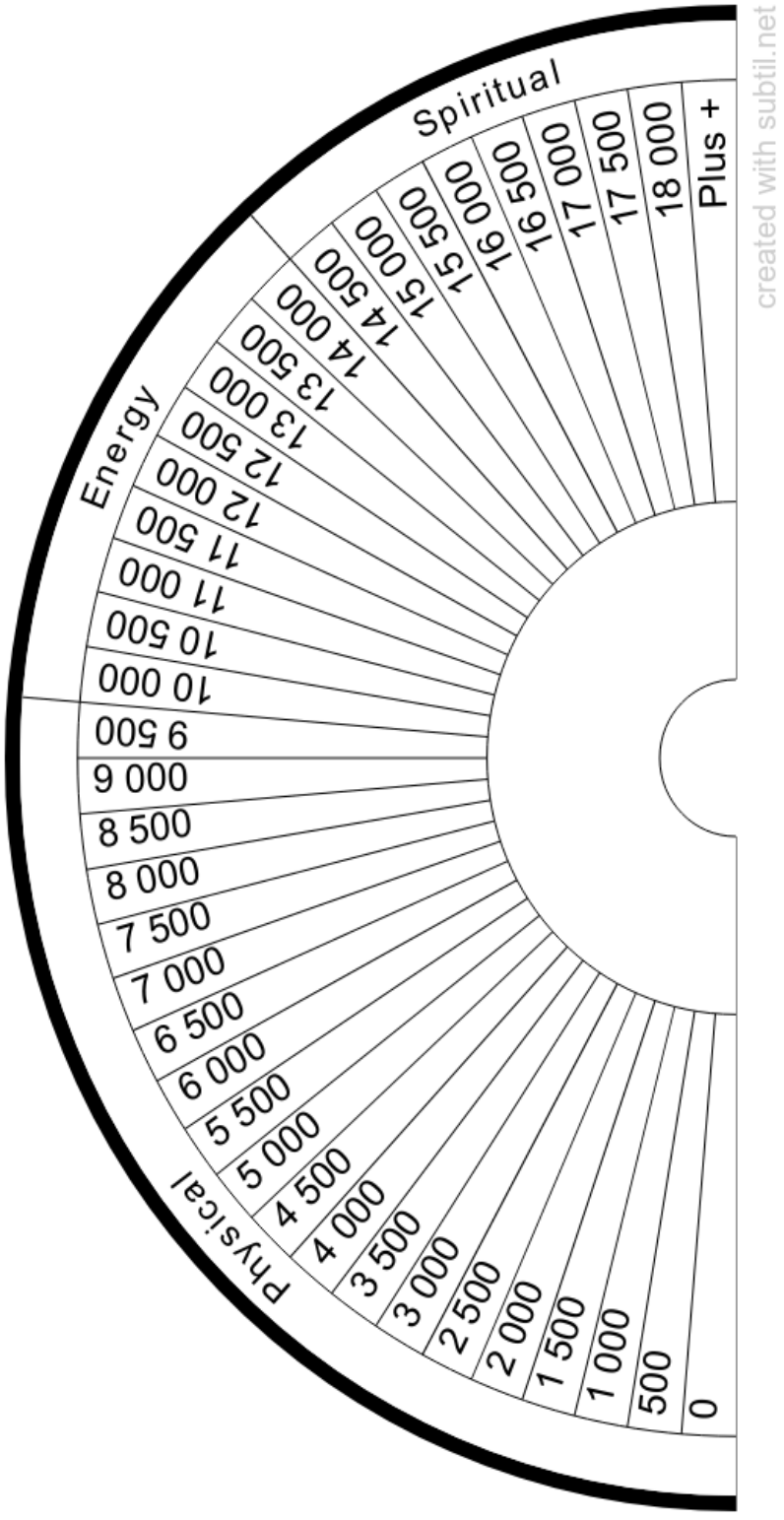


DUYGU HALLERİ 1



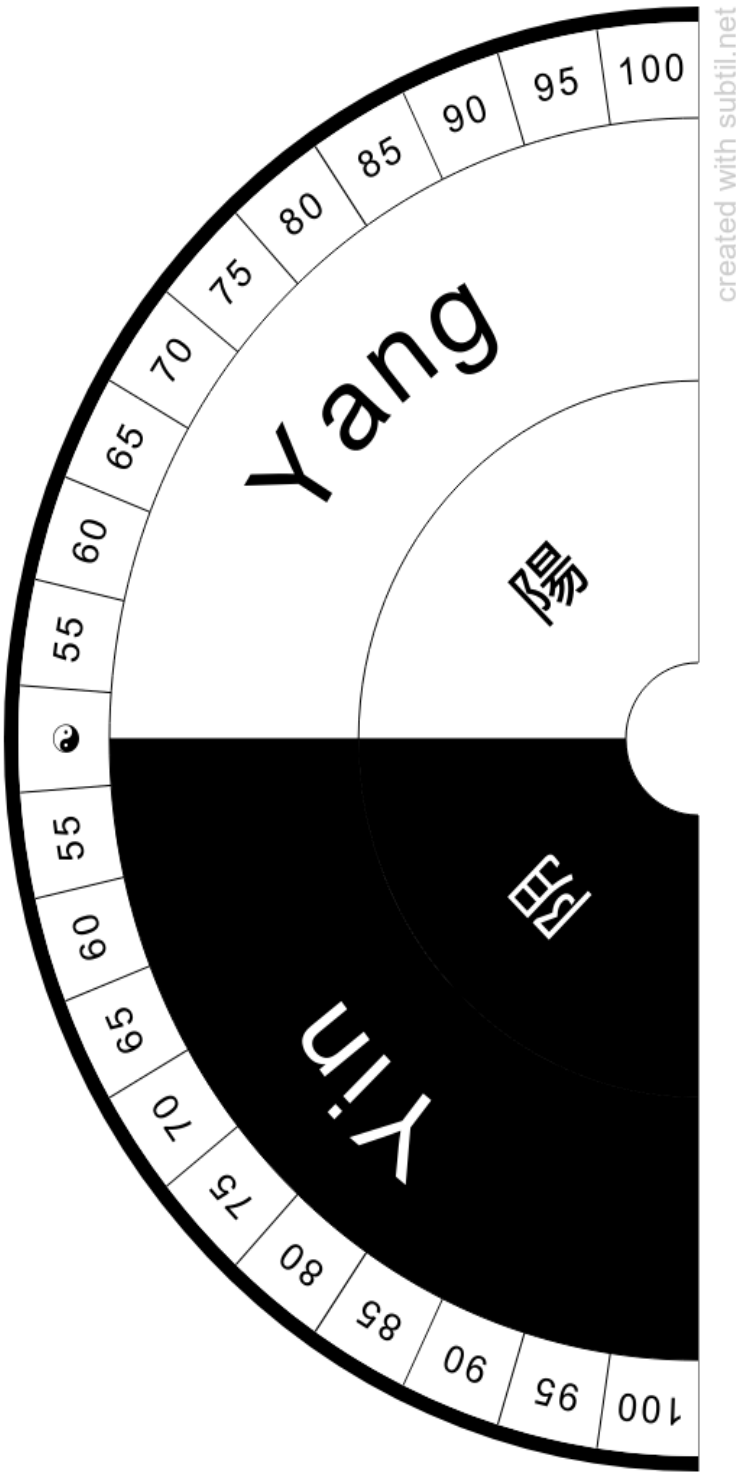
created with subtil.net

DUYGU HALLERİ 2

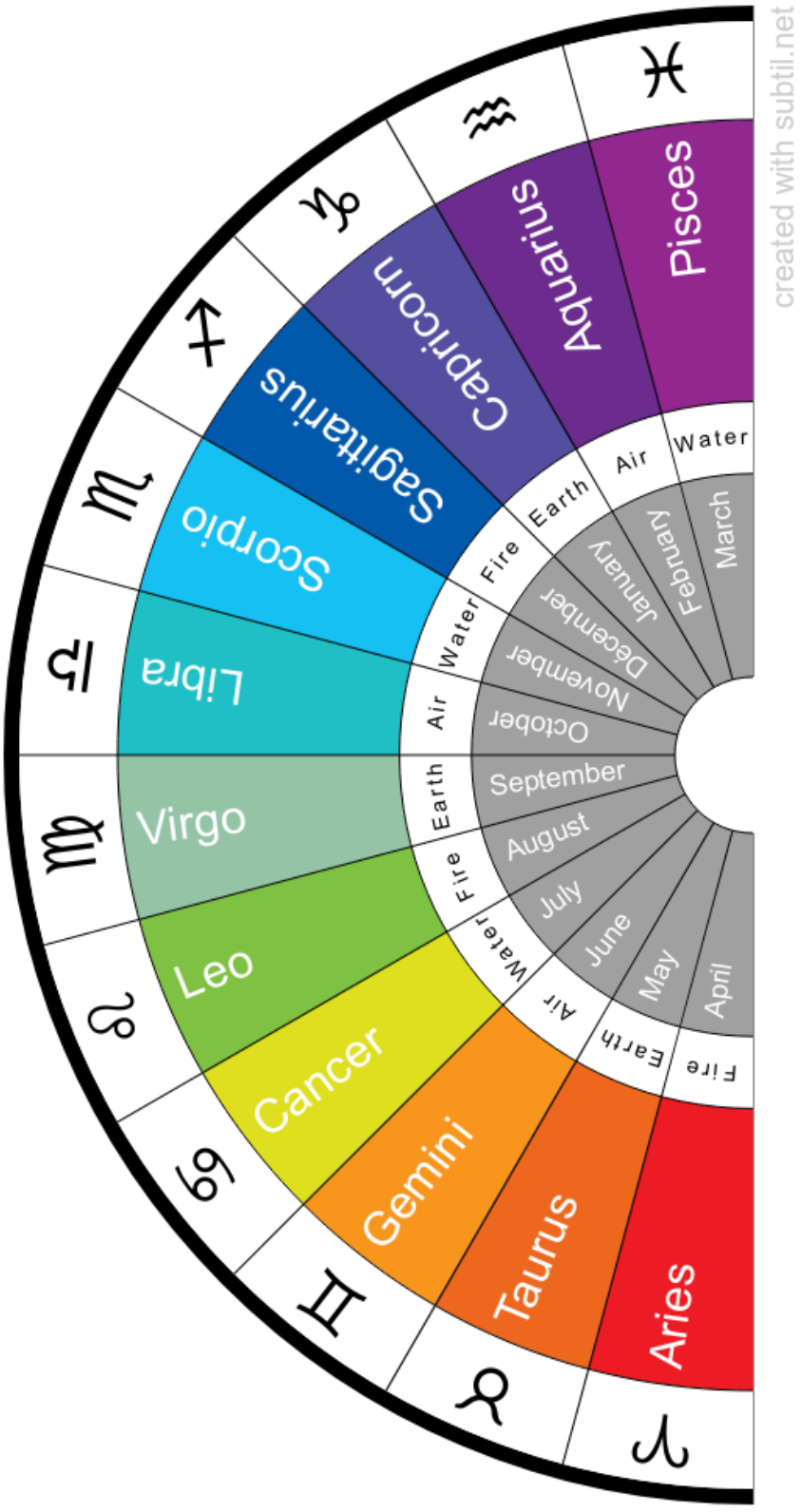


created with subtil.net

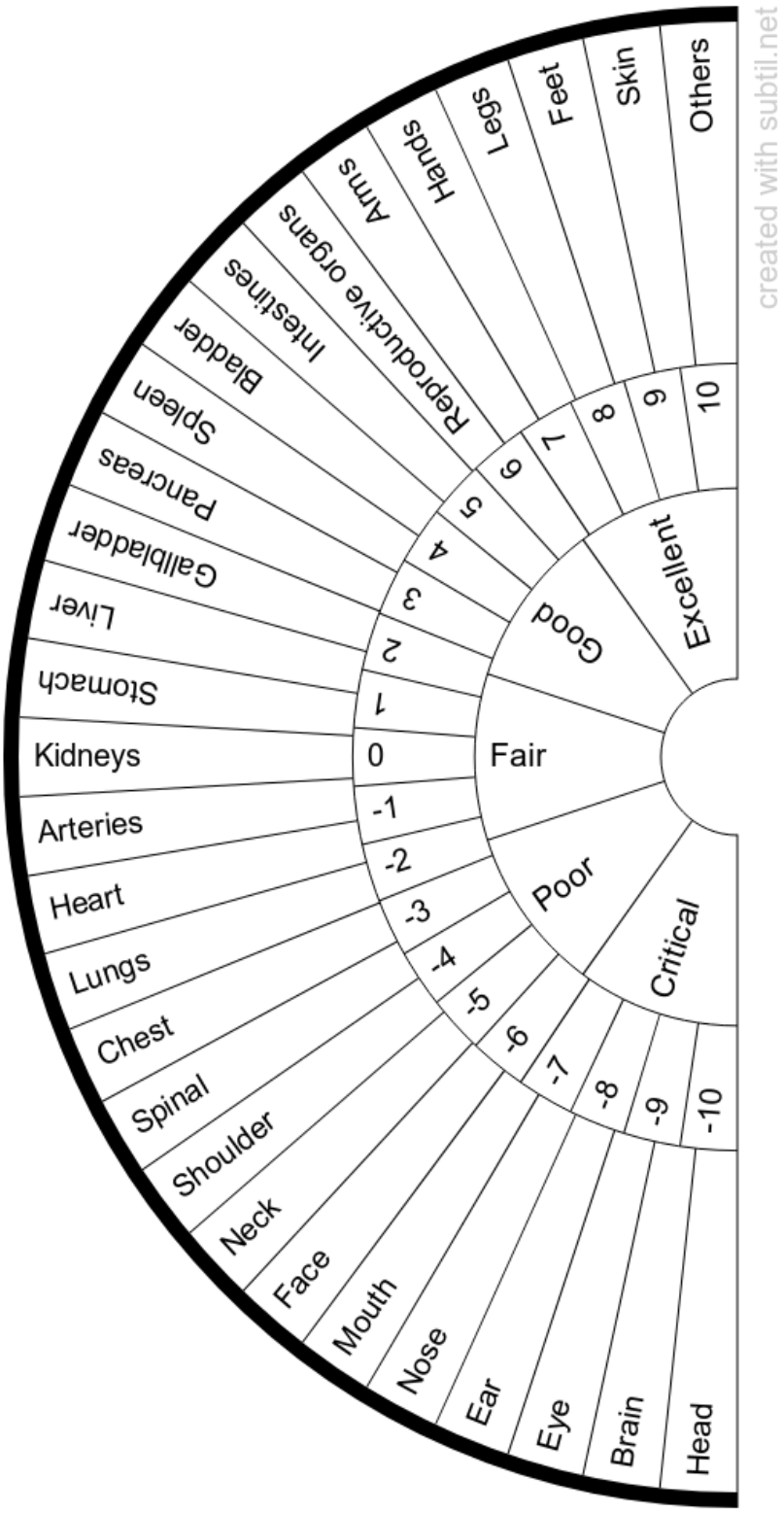
ENERJİ SEVİYELERİ



YINYANG DENGESİ



ZODYAK ŞEMASI



SAĞLIK KONTROLÜ

EĞİTMEN

ZEYNEP ÇAĞLAN ÖZMEN KAKAÇ